

marzec
2017

w numerze:

Konferencja na Śląsku,
Aktywny Samorząd 2017,
Fundacja Szansa dla
Niewidomych, Świąteczne
Spotkanie z BONem



Politechnika Łódzka

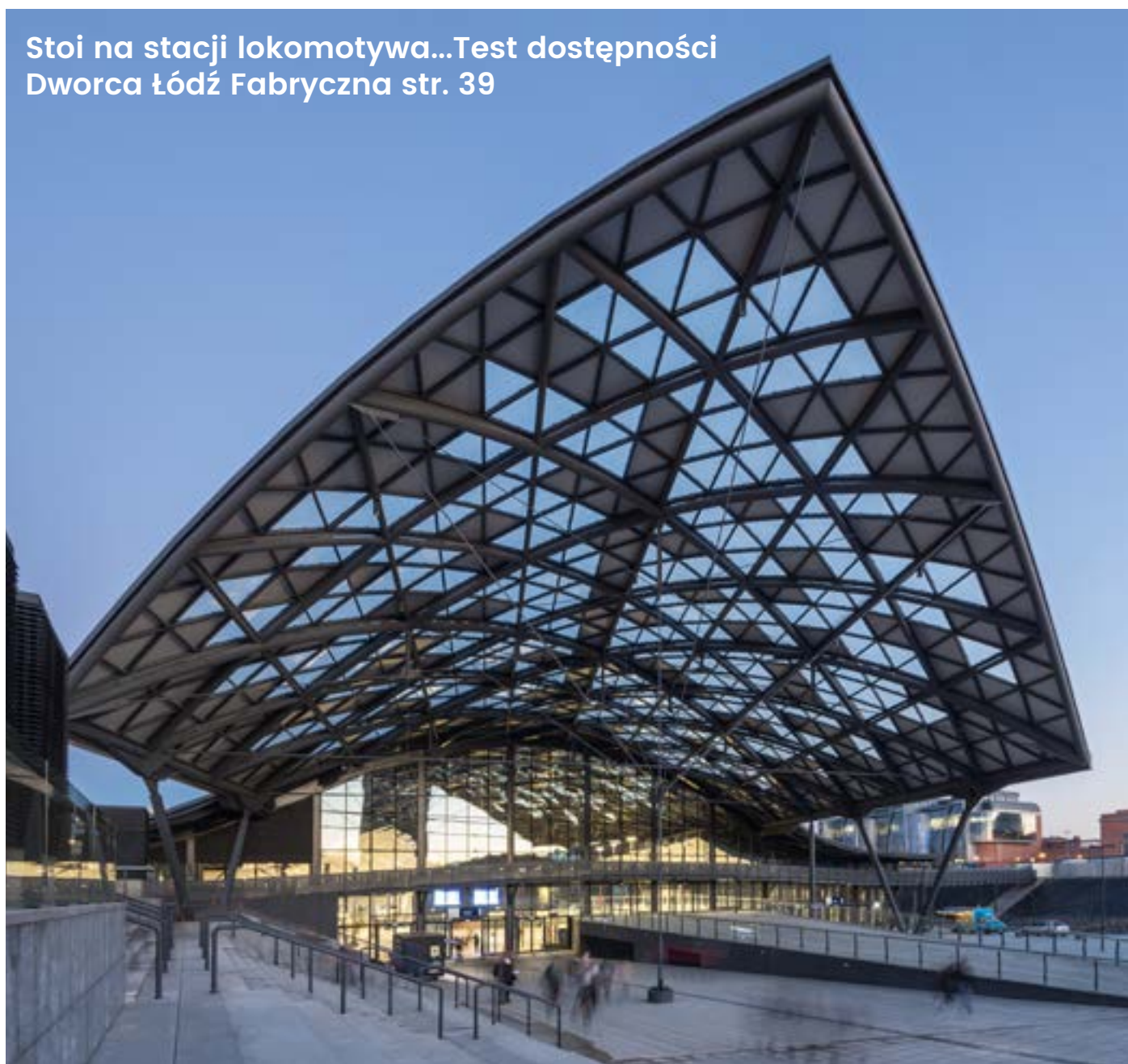
001 (4)/2017

B&N

aion

Akademicki Informator Osób Niepełnosprawnych

**Stoi na stacji lokomotywa...Test dostępności
Dworca Łódź Fabryczna str. 39**



SPIS TREŚCI

- 1 Kongres Osób z Niepełnosprawnościami – Warszawa**
Magdalena Lubaś
- 6 Konferencja na Śląsku**
Andrzej Jędraszek, Monika Świerska
- 8 Konferencja „Projektowanie uniwersalne – Dostępność bez Ograniczeń”. MOTYWACJA DO BUDOWANIA RACJONALNEJ STRATEGII PRZESTRZENNEJ**
Joanna Borowczyk
- 10 O zielonych wyspach, czyli o krakowskiej konferencji „Pełno(s)prawny Student”**
Katarzyna Ojrzyńska
- 14 V Ogólnopolska „Mikołajkowa” Konferencja Osób Niepełnosprawnych w Częstochowie**
Michał Kaźmierski
- 16 Konferencja „Niepełnosprawni na rynku pracy”**
Hubert Gęsiarz, Witold Olszewski, Maria Religa
- 19 Aktywny Samorząd 2017**
Paulina Idzikowska
- 22 Terapia uzależnień od narkotyków**
Antoni Naglik
- 24 Zdrowie psychiczne (także) studentów: komentarz do raportu EZOP Polska**
Dorota Podgórska-Jachnik, Patryk Stecz
- 29 Może być tak Tomek wpadł popedałować...**
Tomasz Olechno
- 32 SamoDZIELNI w KULTURZE – Muzeum Miasta Łodzi**
Agnieszka Kania
- 34 Fundacja Szansa dla Niewidomych**
Monika Zaręba
- 35 Rada Studentów z Niepełnosprawnością Politechniki Łódzkiej**
Andrzej Jędraszek, Monika Świerska
- 37 Osoba niepełnosprawna w mediach – człowiek sukcesu czy ofiara losu**
Katarzyna Maria Król
- 39 Stoi na stacji lokomotywa...Test dostępności Dworca Łódź Fabryczna**
Jakub Klimczak, Katarzyna Kufel, Adrian Peliszko
- 43 Świąteczne Spotkanie z BONem**
Paulina Piotrowska
- 44 Praktyczny poradnik Savior-vivre wobec osób niepełnosprawnych cz. II**



Redakcja zastrzega sobie prawo do skrótów i opracowań nadesłanych tekstów. Publikacje nie są stanowiskiem Politechniki Łódzkiej, odzwierciedlają wyłącznie poglądy i opinie autorów tekstów.

WYDAWCA

Biuro ds. Osób Niepełnosprawnych Politechniki Łódzkiej

ADRES REDAKCJI

Politechnika Łódzka
Biuro ds. Osób Niepełnosprawnych
90-924 Łódź

ul. Żeromskiego 116 (budynek A30)

ZESPÓŁ REDAKCJI

redaktor naczelna
Joanna Sztobryn-Giercuskiewicz
sekretarz redakcji
Alicja Czyżniak

WSPÓŁPRACA

J. Borowczyk, H. Gęsiarz, P. Idzikowska,
A. Jędraszek, M. Kaźmierski,
J. Klimczak, K. Król, K. Kufel, M. Lubaś,
A. Naglik, K. Ojrzyńska, T. Olechno,
W. Olszewski, A. Peliszko, P. Piotrowska,
D. Podgórska-Jachnik, M. Religa, R. Roczniak,
N. Stawiana, P. Stecz, M. Świerska, M. Zaręba

Zdjęcie na okładce: Rafał Tomczyk
www.4wymiar.com

REDAKCJA TECHNICZNA

Agnieszka Kania

SKŁAD I ŁAMANIE

Agnieszka Kania

PROJEKT GRAFICZNY

Aleksandra Idzikowska

Kongres Osób z Niepełnosprawnościami – Warszawa

Magdalena Lubaś

20 września 2016 r. w Warszawie już po raz drugi odbył się Kongres Osób z Niepełnosprawnościami, który zgromadził około 500 osób z całej Polski. W gronie uczestników najliczniejszą grupę stanowiły osoby z niepełnosprawnościami, obecni byli również przedstawiciele ich środowiska, pracownicy administracji publicznej i mediów, a także liczne grono przedstawicieli różnych organizacji i stowarzyszeń zajmujących się na co dzień pomocą osobom niepełnosprawnym.

Od początku, a więc także podczas pierwszej edycji Kongresu Osób z Niepełnosprawnościami, główną osią tematyczną wydarzenia była Konwencja ONZ o Prawach Osób Niepełnosprawnych w Polsce. Natomiast głównym celem tego ogólnopolskiego spotkania jest dyskusja na temat jakości działań związanych z wdrażaniem postanowień Konwencji oraz wypracowanie wspólnego głosu całego środowiska osób z niepełnosprawnościami.

Idea przygotowania takiego wydarzenia powstała w gronie liczącym ponad 60 organizacji z całej Polski, zajmujących się pomocą osobom z niepełnosprawnościami



mi i została zrealizowana dzięki ich ogromnemu zaangażowaniu i ciężkiej pracy. Podobnie jak w 2015 r., również teraz wydarzenie objął patronatem honorowym Rzecznik Praw Obywatelskich, dr Adam Bodnar. Osoby, które nie miały możliwości przyjechania na Kongres, mogły wziąć w nim udział dzięki transmisji on-line, natomiast dostępność wydarzenia zapewniła obecność grupy tłumaczy, którzy przekładali wszystkie

wystąpienia na polski język migowy.

Kontynuacja

II Kongres OzN był kontynuacją wydarzenia, które odbyło się w 2015 r., i cieszyło się ogromną popularnością, gromadząc wówczas blisko 400 uczestników z całej Polski. Podczas pierwszego Kongresu zaprezentowane zostały efekty prac nad Raportem Alternatywnym i rekomendacjami, dotyczącymi poprawy realizacji zapisów Konwencji ONZ. Kongres ten był pierwszym, ważnym krokiem do bardziej aktywnego zaangażowania osób z niepełnosprawnościami w walkę o ich prawa. Od początku swoje zainteresowanie tym wyda-

rzeniem wykazuje Rzecznik Praw Obywatelskich, dr Adam Bodnar.

Dziewięć Konwentów Regionalnych

Wydarzeniami, które poprzedziły II Kongres, były konwenty Regionalne. Zorganizowano je w maju i czerwcu 2016 r. w 9 miastach: Warszawie, Łodzi, Krakowie, Poznaniu, Wrocławiu, Lublinie, Gdańsku, Białymstoku i Opolu. Ich celem było dotarcie do osób z niepełnosprawnościami, które – na przykład ze względu na odległość – nie miałyby możliwości uczestniczenia w II Kongresie, a które mogłyby przybyć na spotkanie, na którym poruszano tę samą tematykę. Każdy z konwentów regionalnych skupiał się na innym artykule Konwencji ONZ. W czasie ich trwania wybrano kilkanaście tematów, takich jak zagadnienie dotyczące dyskryminacji kobiet z niepełnosprawnościami, problematyka niezależnego życia osób z niepełnosprawnościami w kontekście ubezwłasnowolnienia, tematyka aktywizacji zawodowej, czy zagadnienie związane z rozwojem selfadwokatury w Polsce, które później stały się tematami przewodnimi sesji równoległych II Kongresu OzN.

Tematyka oraz Goście II Kongresu OzN

Kongres rozpoczął się 20 września 2016 r. o godzinie 10.00. Zgromadzeni uczestnicy zostali przywitani przez prowadzących – Annę Rutz (Fundacja

Elektrownia Inspiracji) i Piotra Kowalskiego (Polski Związek Głuchych). Uroczystego otwarcia II Kongresu Osób z Niepełnosprawnościami dokonał Rzecznik Praw Obywatelskich, dr Adam Bodnar, który podkreślił ogromną potrzebę walki i ciągłego zabiegania o przestrzeganie praw osób z niepełnosprawnościami. Przedstawił również efekty działań, jakie prowadzi na rzecz osób niepełnosprawnych na terenie całej Polski. Zauważył jednocześnie, że w tym obszarze jest jeszcze wiele do zrobienia. Dr Bodnar podkreślał również, że bardzo ważne jest zwracanie uwagi na problemy osób głuchych. Język migowy nie powinien być czysto teoretyczną możliwością w kontaktach z administracją, powinien być powszechną praktyką. Jednocześnie zadeklarował wszelką pomoc zarówno w dużych sprawach, jak i w drobnych interwencjach.

Gościem specjalnym II Kongresu był Sekretarz Generalny ds. Praw Człowieka Rady Europy, Nils Muižnieks. W swoim wystąpieniu podkreślił swoje poparcie dla zapisów Konwencji ONZ o Prawach Osób Niepełnosprawnych. Zwrócił także uwagę na zaangażowanie Polskiego Rzecznika Praw Obywatelskich w pomoc osobom z niepełnosprawnościami. - W Polsce nie trzeba już „wywierać drzwi”, zostały otwarte dzięki aktywności rzecznika – zauważył komisarz.

Uczestnicy II Kongresu Osób z Niepełnosprawnościami mogli również wysłuchać wystąpienia amerykańskiego gościa, Pani Rosemary Garland Thomson, profesora Emory University in Atlanta, dyrektora Disability Issues Initiative.



Po uroczystym otwarciu Kongresu uczestnicy mogli wziąć udział w jednym z czterech paneli tematycznych:

1. Kobiety i niepełnosprawność, czyli o podwójnej dyskryminacji.
2. Self-adwokaci, czyli sami o sobie.
3. Aktywizacja zawodowa, czyli o pracy dla wszystkich.
4. Ubezpieczeniowanie a niezależne życie, czyli o prawie do wsparcia.

W programie II Kongresu Osób z Niepełnosprawnościami poruszono również zagadnienia dotyczące nowego systemu wsparcia i orzecznictwa, asystentury dla osób z niepełnosprawnościami, mieszkalnictwa wspomagane czy komunikacji alternatywnej z osobami niemówiącymi. Zostało poruszonych wiele różnych tematów oraz problemów, z jakimi każdego dnia zmagają się zarówno osoby z niepełnosprawnościami, jak również ich rodziny.

13 Ambasadorów Konwencji

Podczas II Kongresu Osób z Niepełnosprawnościami, podobnie jak w roku 2015, wręczone zostały wyróżnienia „Ambasadora Konwencji”. Tytuł ten przyznawany jest osobom i instytucjom, aby uhonorerować ich działalność i szczególne dokonania na rzecz obrony praw i interesów osób z niepełnosprawnościami oraz wdrażania i popularyzowania Konwencji ONZ. Kapituła wyróżnienia „Ambasador Konwencji” działała w imieniu organizacji na rzecz osób z niepełnosprawnościami, które były zaangażowane w organizację II Kongresu. Kandydaturę do tytułu „Ambasadora” może zgłosić każda osoba związana ze środowiskiem osób z niepełnosprawnością, a więc: organizacje społeczne i ich członko-

wie, same osoby z niepełnosprawnością, ich przyjaciele, członkowie rodzin, itd.

Wyróżnienia zostały wręczone przez dr Adama Bodnara – Rzecznika Praw Obywatelskich, Nilsa Muiznieksa – Komisarza Praw Człowieka Rady Europy i Justynę Kucińską z Fundacji Instytut Rozwoju. W gronie „Ambasadorów Konwencji” 2016 r. znaleźli się:

Barbara Abramowska

Dziennikarka, długoletnia redaktorka kwartalnika „Społeczeństwo dla Wszystkich; od 1991 r. zaangażowana w działania na rzecz osób z niepełnosprawnościami, szczególnie w zakresie podnoszenia świadomości społecznej na temat ich praw, potrzeb i możliwości. Współpracując z TVP, była inicjatorką wielu działań na rzecz promocji społecznego paradygmatu niepełnosprawności. Jest autorką magazynu TVP o problemach osób niepełnosprawnościami pt. „Tacy Sami”, cykli edukacyjnych m.in. o wychowaniu i wspieraniu osób z niepełnosprawnością intelektualną oraz o szkolnictwie integracyjnym. W latach 2008-2010 była koordynatorką projektów realizowanych przez Polskie Forum Osób Niepełnosprawnych wzywających do ratyfikacji Konwencji. Od 2009 r. pracuje na stanowisku Dyrektora Biura Zarządu Głównego Polskiego Stowarzyszenia na rzecz Osób z Niepełnosprawnością Intelektualną. Jej działania i osobiste zaangażowanie znacznie wykraczają poza obowiązki zawodowe. Kieruje się na co dzień zasadą godności, wolności i równości wobec każdego człowieka.

Bawer Aondo-Akaa

Mimo swojej niepełnosprawności zaraża swoją pasją do życia oraz inspiruje wiele innych osób do działania. Swoim przykładem

pokazuje, że niepełnosprawność nie jest przeszkodą w aktywnym życiu i realizowaniu marzeń. Od wielu lat angażuje się w działalność różnorodnych organizacji społecznych m.in. Katolickiego Stowarzyszenia Osób Niepełnosprawnych i Ich Przyjaciół „Klika” oraz Fundacji Pro – Prawo do Życia. W swoich działaniach angażuje się w obronę podstawowych praw osób z niepełnosprawnościami. Uczestniczy w licznych spotkaniach z młodzieżą, gdzie ukazuje wartość życia osób z niepełnosprawnościami.

Kazimierz Czaplicki

Jako kierownik Krajowego Biura Wyborczego brał aktywny udział w tworzeniu przepisów ułatwiających lub wręcz umożliwiających głosowanie osobom z różnymi rodzajami niepełnosprawności. Uczestniczył w posiedzeniach komisji poselskich procedujących zmiany w Kodeksie Wyborczym w sposób aktywny i podpowiadał optymalne rozwiązania. Podczas organizowania wyborów rekomendował rozwiązania wykraczające poza zapisy ustawowe, na przykład przez zwiększenie liczby nakładek na karty do głosowania i dystrybucję w lokalach wyborczych wskazanych jako dostępne dla osób z niepełnosprawnościami. To dzięki Jego doświadczeniu i rozumnym podpowiedziom mamy obecnie w Polsce bardzo rozbudowany system wsparcia w głosowaniu.

Dariusz Dąbek

Obecnie Zastępca Dyrektora Departamentu Telekomunikacji w Ministerstwie Cyfryzacji. W dużym stopniu przyczynił się do obecnego kształtu ustawy „Prawo telekomunikacyjne” oraz rozporządzenia wykonawczego do niej. Dzięki Niemu pojawiły się w niej zapisy zgodne z Konwencją, obligujące

m.in. dostępność punktów obsługi klienta, dostępność stron www operatorów, dostępność umów, faktur, bilingów itd. Jego postawa oraz działalność są doskonałym przykładem udostępniania usług i towarów dla osób z niepełnosprawnościami oraz prowadzenia dialogu z prywatnymi dostawcami usług publicznych.

Anna Drabarz

Osoba z niepełnosprawnością, która idee Konwencji o prawach osób z niepełnosprawnościami promuje przykładem własnego życia oraz działaniami realizowanymi w ramach jednostek dialogu społecznego (m.in. Podlaskiej Rady Działalności Pożytku Publicznego II kadencji, Komisji ds. Dostosowania Przestrzeni Miejskiej do Potrzeb Osób z Niepełnosprawnością przy Prezydencie Miasta Białegostoku, Sieci „Równość i Różnorodność Praktycznie”). Jest zaangażowana w rozwijanie idei self-adwokatury w województwie podlaskim. Zainicjowała powstanie Podlaskiego Sejmiku Osób z Niepełnosprawnościami.

Wallis Goelen Vandebrock wraz z kierowanym przez nią zespołem

Pracując w Dyrekcji Generalnej ds. Zatrudnienia, Spraw Społecznych i Włączenia Społecznego Komisji Europejskiej prowadzą oni nieustępliwą walkę o realizację zasady dostępności dla osób z niepełnosprawnościami na posiedzeniach Komitetów Monitorujących w krajowych i regionalnych Programach Operacyjnych. Podczas forum „Fundusze Europejskie bez barier – (p)dostęp dla wszystkich” Pani Dyrektor W. Goelen przeprowadziła bezkompromisową obronę Konwencji o prawach osób z niepełnosprawnościami wyrażoną krótkim stwierdzeniem: „Jeśli projekty rozwojowe nie będą zgodne z zasadami dostępności, odpowiedź jest jedna: wydatek nie kwalifikuje się”.

Barbara Imiołczyk

Współtworzyła i współprzewodniczyła Komisji Ekspertów ds. Osób z Niepełnosprawnością przy Rzeczniku Praw Obywatelskich. Zaangażowana również w działania Zespołu ds. Osób Głuchych przy RPO. Brała udział w działaniach, które doprowadziły do ratyfikacji Konwencji o prawach osób niepełnosprawnych. Od lat stale mobilizuje środowisko pozarządowe do aktywności i walki z dyskryminacyjnymi przepisami i praktykami. Zajmuje się niezwykle ważnymi zagadnieniami dla osób z niepełnosprawnościami, jak: równość praw i niedyskryminacja, prawo do edukacji, dostęp do usług.

Wojciech Kobus

Osoba z niepełnosprawnością intelektualną, aktywny self-adwokat oraz uczestnik Warsztatu Terapii Zajęciowej w Świdnicy. Współrealizator w Świdnicy radia internetowego Radio SoVo – projektu Polskiego Stowarzyszenia na rzecz Osób z Niepełnosprawnością Intelektualną oraz wielu audycji radiowych poświęconych prawom osób z niepełnosprawnością intelektualną. Wielokrotnie reprezentował osoby z niepełnosprawnością intelektualną podczas wydarzeń krajowych i zagranicznych. Od 2008 r. jest silnie zaangażowany w cykl szkoleń organizowanych przez PSONI dla dorosłych osób z niepełnosprawnością intelektualną – self-adwokatów. Wielokrotnie występował w roli prelegenta na konferencjach promujących niezależne życie zgodnie z Konwencją, wzywając władze do jej ratyfikacji. Wielokrotnie występuje w roli mentora i osoby wspierającej inne dorosłe osoby z niepełnosprawnością intelektualną. Jest także uczestnikiem wielu projektów, dzięki którym stale podnosi swoją wiedzę i kompetencje.

Paulina Pietrasik

W ramach wewnętrznych prac Ministerstwa Rozwoju oraz koordynacji działań ogólnopolskiej Grupy roboczej ds. równości szans i niedyskryminacji wykazuje wielką determinację w promowaniu konwencyjnego podejścia do osób z niepełnosprawnościami, w tym dostępności dla osób z niepełnosprawnościami dla funduszy unijnych 2014-2020. Nieprzerwanie prowadzi otwarty, efektywny i nieograniczony do proceduralnego minimum dialog ze środowiskiem osób z niepełnosprawnościami skutkujący wdrażaniem zasady dostępności w administracji publicznej w Polsce.

Łukasz Pisarski

Kierownik Warsztatu Terapii Zajęciowej przy Zarządzie Głównym PSONI. Od 20 lat tworzy osobom z niepełnosprawnością intelektualną warunki do osobistego rozwoju i samostanowienia, motywując je do włączenia w życie społeczne. Każdą osobę z niepełnosprawnością intelektualną traktuje jako podmiot wszystkich wolności i praw człowieka, wspiera w podejmowaniu decyzji, uczy odpowiedzialności za swoje życie. Prowadzony przez niego Warsztat od wielu lat jest miejscem faktycznej realizacji postanowień Konwencji o prawach osób z niepełnosprawnościami. Jego postawa ogromnego poszanowania autonomii osoby z niepełnosprawnością intelektualną przy jednoczesnym zagwarantowaniu jej dostępu do informa-

cji, zaowocowała podjęciem zatrudnienia na otwartym rynku pracy przez wielu uczestników Warsztatu. Na szczególną uwagę zasługują jego działania wobec jednego z uczestników Warsztatu, któremu po śmierci rodzica, w ciągu zaledwie kilku tygodni, zorganizował wraz z pracownikami Warsztatu wsparcie, chroniąc go jednocześnie przed umieszczeniem w domu pomocy społecznej.

Marek Sołtys

„Szalony wózkowicz”, najbardziej znany ze swojej walki o dostępność architektoniczną przestrzeni i komunikacji miejskiej oraz uniwersalne projektowanie. Dąży do pełnego uczestnictwa osób z niepełnosprawnościami w życiu społecznym. Prowadzi starania o Asystenta Osobistego Osoby Niezamierzającej oraz Mieszkania Wspomagane jako alternatywy Domów Pomocy Społecznej.

Paweł Wdówik

Kierownik Biura ds. Osób Niepełnosprawnych Uniwersytetu Warszawskiego. Od dwóch dekad pracuje nad umożliwieniem studiowania osobom z niepełnosprawnościami. Zorganizował biuro zapewniające szerokie wsparcie studentom, a także uczniom z terytorium całej Polski. Jest orędownikiem edukacji włączającej i niezależnego życia osób z niepełnosprawnościami. Członek Komisji Ekspertów przy Rzeczniku Praw Obywatelskich.

Instytucja - Muzeum Miasta Łodzi

Aby zwiększyć dostępność swoich usług Muzeum wprowadziło program „Muzeum na wyciągnięcie ręki”. Zapewnia usługi dostępne przed, w czasie i po wizycie w Muzeum. Wyróżnienie „Ambasadora Konwencji” przyznano w szczególności za dostrzeżenie potrzeb odwiedzających z różnymi niepełnosprawnościami. Muzeum Miasta Łodzi może być przykładem, jak w relatywnie krótkim czasie zapewnić bardzo dużą dostępność dla wszystkich.

Jarmark NGO

Równoległe z panelami dyskusyjnymi o sesjami tematycznymi miał miejsce tzw. „Jarmark NGO”, na którym kilkanaście organizacji pozarządowych z całej Polski, działających na rzecz osób z niepełnosprawnościami, prezentowało swoje działania oraz bogatą ofertę.

Wszystkie aktualne informacje dotyczące Kongresu Osób z Niepełnosprawnościami, w tym również videotransmisja oraz fotorelacja, znajdą Państwo na stronie <http://konwencja.org/program-ii-kongresu/>, na którą serdecznie zapraszamy!



Konferencja na Śląsku

Andrzej Jędraszek, Monika Świerska

W 2016 roku już po raz drugi została zorganizowana konferencja na Śląsku. II Ogólnopolskie Forum Przedsiębiorczości Studentów z Niepełnosprawnościami przygotowane przez Uniwersytet Ekonomiczny w Katowicach odbyło się w dniach 14-16 października. Tym razem zostało one połączone z Integracyjnymi Mistrzostwami Polski AZS w szachach. Była to kolejna okazja do połączenia sił ze studentami z innych uczelni oraz integracji na poziomie ogólnopolskim. Z tego też powodu nie mogło nas tam zabraknąć.



Nasza RSN-owska ekipa liczyła sześć osób. Podróż pociągami do Katowic upłynęła nam dosyć szybko. Pierwszego dnia odbyły się warsztaty Global BD Trading. Niestety z powodu dość późnej godziny przyjazdu, nie mogliśmy wziąć w nich udziału. Tego dnia zakwa-

terowaliśmy się tylko w hotelu i z niecierpliwością oczekiwaliśmy na sobotnie sesje referatowe.

Dzień pierwszy

Poranek w Katowicach rozpoczęliśmy od śniadania w re-

stauracji hotelowej. Po posiłku udaliśmy się na referaty przygotowane przez studentów z Uniwersytetu Ekonomicznego oraz przybyłych gościnnie studentów z innych uczelni. W pierwszej części zostały omówione tematy dotyczące biznesu, marketingu

oraz przygotowania placówek szkolnych do nauczania osób z niepełnosprawnościami. Drugi blok referatowy, który odbył się po krótkiej przerwie, poruszył kwestie kompetencji osób niepełnosprawnych w ich zatrudnieniu na współczesnym rynku pracy oraz roli jaką one odgrywają. Dodatkowo, szczegółowo omówiono kompetencje twarde, miękkie oraz „al dente”. Trzecia, ostatnia już część referatowa, dotyczyła nauki języków obcych oraz rozwijania działalności biznesowej przez studentów.

Muzeum Śląskie

Po wysłuchaniu wszystkich prelekcji udaliśmy się na obiad. Po posiłku, podczas czasu wolnego, postanowiliśmy skorzystać z okazji i odwiedzić Muzeum Śląskie. Wybraliśmy się tam dość dużą grupą. Podczas wizyty w tym miejscu zobaczyliśmy wiele ciekawych dzieł artystycznych. Szczególnie podobała się nam wystawa „Górny Śląsk na przestrzeni dziejów”, która zachwyciła nas swoją różnorodnością. Wycieczka w czasie po śląskich kopalniach, zakładach pracy oraz domach urzekła nas bardzo mocno i na długo pozostanie w naszej pamięci. Inną, równie ciekawą atrakcją podczas wizyty w Muzeum Śląskim, okazała się być gra interaktywna inspirowana popularną grą „Monopol”. Spędziliśmy przy niej sporą część czasu i świetnie się przy tym bawiliśmy.

Warsztaty

Po czasie wolnym w muzeum udaliśmy się na Uniwersytet Ekonomiczny na warsztaty „Magiczne słowa”, prowadzone przez studenta z Poznania. Praca

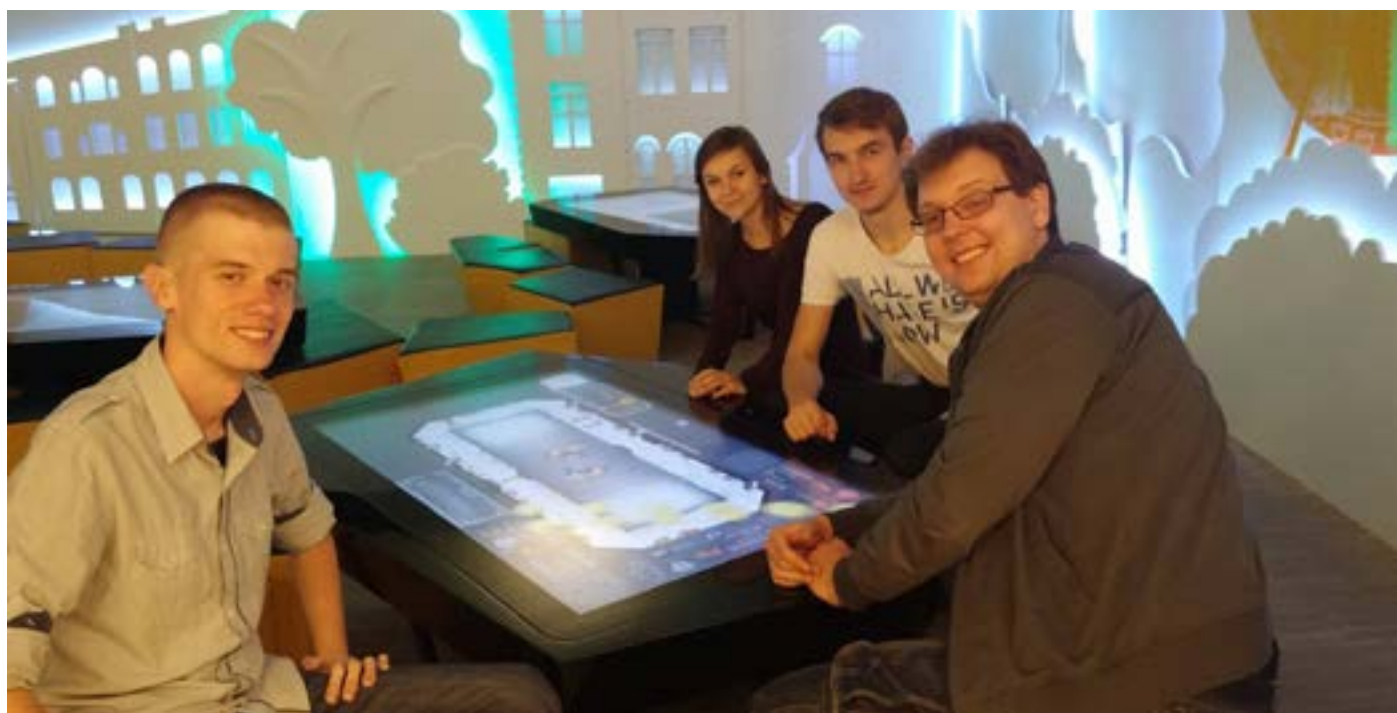
w grupach była bardzo owocna i przyniosła oczekiwane rezultaty. Poznaliśmy prawdziwe zastosowanie słów: proszę, dziękuję i przepraszam oraz omówiliśmy sytuacje, w których te słowa są nadużywane. Warsztaty były bardzo ciekawe, z tego powodu, iż każdy z nas mógł w nich aktywnie uczestniczyć, bawiąc się przy tym co nie miara. Po warsztatach korzystając z okazji członkinie AZS-u zachęcały nas do wzięcia udziału w organizacji Integracyjnych Mistrzostw Polski na naszych rodzimych uczelniach.

Ten jakże wyczerpujący dzień zakończyliśmy imprezą w Golf Pubie mieszczącym się w naszym hotelu, gdzie mieliśmy możliwość zagrania w wirtualnego golfa. Była to również świetna okazja do rozmów i integracji ze wszystkimi uczestnikami.

Szach - mat

Niedziela to dzień, który był ściśle związany z rozgrywkami w szachy. Odbywały się mecze uczestników Integracyjnych Mistrzostw Polski AZS w szachach, a także warsztaty szachowe oraz mecze pokazowe dla pozostałych uczestników konferencji. Tego dnia odbyły się również sesje referatowe dotyczące tworzenia spółdzielni socjalnych oraz ich roli w społeczeństwie. Tuż po nich nastąpiło oficjalne podsumowanie całej konferencji, wręczenie dyplomów uczestnictwa oraz nagród za turnieje szachowe.

II Ogólnopolskie Forum Przedsiębiorczości Studentów z Niepełnosprawnościami upłynęło w miłej i przyjaznej atmosferze. Czas spędzony w Katowicach z pewnością pozostanie na długo w naszej pamięci, a doświadczenia zdobyte podczas konferencji będą przydatne w wielu sytuacjach.



Konferencja „Projektowanie Uniwersalne – Dostępność Bez Ograniczeń”.

MOTYWACJA DO BUDOWANIA RACJONALNEJ STRATEGII PRZESTRZENNEJ

3



dr inż. arch. Joanna Borowczyk
Wydział Budownictwa, Architektury i Inżynierii Środowiska
Politechniki Łódzkiej

19 października 2016 roku uczestniczyliśmy w kolejnym zorganizowanym w Łodzi wydarzeniu związanym z koniecznością artykułowania realnych potrzeb społecznych i debaty na temat form zapobiegania dotychczasowej dyskryminacji przestrzennej. W całym województwie dominują wysokopodłogowe pojazdy transportu pasażerskiego, a przy wejściach do wielu budynków mieszczących publiczne instytucje brak jest pochylni. Rola organizacji pozarządowych we wspieraniu osób z niepełnosprawnością jest niewątpliwa, jednak najwyższa pora, aby skuteczne działania na rzecz usuwania barier na drodze do dostępności budynków, usług i wydarzeń stały się udziałem organów administracji publicznej na różnych szczeblach, gdyż to właśnie państwo jest władne stworzyć szeroko rozumiany system wyrównywania szans. Konferencja skierowana została do przedstawicieli powiatów, gmin oraz innych instytucji, bowiem ich działania, dodawane do siebie, mogą skutecznie zmieniać Polskę w kraj pozbawiony barier.

Stan wiedzy

Celem spotkania zorganizowanego z inicjatywy Regionalnego Centrum Polityki Społecznej w Łodzi we współpracy z Politechniką Łódzką, Uniwersytetem Łódzkim, Uniwersytetem Medycznym w Łodzi oraz Komendą Wojewódzką Policji stało się budowanie kompetencji przeciwdziałania dyskryminacji oraz poważna

refleksja nad zasadą równości, w tym dostępności dla osób z niepełnosprawnościami. Do udziału w wydarzeniu zaproszono jednostki odpowiedzialne za wypracowanie strategii wdrażania koncepcji projektowania uniwersalnego na terenie województwa i dysponujące narzędziami, aby obowiązek ten realizować. Z uwagi na fakt, że brakuje spójnego systemu wprowadzania zasad uniwersalnego

projektowania do programów kształcenia zawodów związanych z tworzeniem otoczenia urbanistycznego i architektonicznego, środowisko reprezentantów instytucji rządowych i jednostek samorządowych pilnie potrzebuje źródeł wiadomości dotyczących reguł kreowania przestrzeni dostępnej. To, jaki kształt przyjmuje przestrzeń publiczna i czy jej forma nie afirmuje dyskryminacji,

w dużej mierze zależy od stanu wiedzy i motywacji jednostek nią zarządzających. A zatem warto sygnalizować władzom potrzebę diagnozowania ewentualnych barier na drodze ku dostępności, nim zrealizowane zostaną niskiej jakości inwestycje obciążone słabościami wynikającymi z niedoboru potrzebnych informacji.

Mocne argumenty

W rozumieniu Konwencji Organizacji Narodów Zjednoczonych o prawach osób niepełnosprawnych, której ratyfikacja przez Polskę miała miejsce 6 września 2012 roku, wszelkie formy różnicowania i wykluczania, w tym zaniechanie racjonalnego dostosowania środowiska do szczególnych potrzeb osób z niepełnosprawnościami, stanowią wykroczenie przeciwko godności i wartości człowieka. Zastosowanie się samorządów do zasad wywodzących się z Konwencji nie jest już tylko kwestią dobrej woli. Staje się ono w Polsce obowiązkiem wynikającym z ostatnio zrealizowanych zmian legislacyjnych oraz kluczowych dokumentów i wytycznych dla programowania i wdrażania Europejskich Funduszy Strukturalnych i Inwestycyjnych.

Jednym z wiodących argumentów w dyskusji na temat projektowania uniwersalnego jest to, że realizacja idei posłużyć ma z założenia wszystkim użytkownikom przestrzeni, tak aby mogli z niej korzystać w sposób samodzielny i niezależny. O przyjaznej i bezpiecznej przestrzeni publicznej w ujęciu uniwersalnym opowiedzieli gościom konferencji m. in. prof. Joanna Olender (Politechnika Łódzka), prof. Marek Wysocki (Politechnika Gdańska) oraz dr Agnieszka Kowalska-Styczeń (Politechnika Śląska). Wśród zebranych najwięcej pozytywnych emocji wzbudziły wieńczące spotkanie wystąpienia Pani Elżbiety Oleksiak (Polski Związek Niewidomych), Pana Macieja Kowalskiego (Spółdzielnia Fado) oraz reprezentantów Fundacji Aktywnej Rehabilitacji: Pana Tomasza Domańskiego i Pana Michała Matusiaka, którzy sugestywnie i rzetelnie omówili doświadczenia osób z różnymi niepełnosprawnościami. Prelegenci podkreślali wielokrotnie, że pomimo iż inwestycja może nie zakładać wsparcia skierowanego bezpośrednio do



wybranych grup dyskryminowanych, to jednak trwałe efekty projektu zrealizowanego zgodnie z zasadami uniwersalności mogą mieć wielce pozytywny wpływ na funkcjonowanie wszystkich mieszkańców. Przedstawione na konferencji przykłady dobrych praktyk pozwoliły ponadto dowiedzieć, że, wbrew powszechnym opiniom, przestrzenie dostępne mogą być bardzo atrakcyjne pod warunkiem wysokiego poziomu zaangażowania i kreatywności osób je aranżujących.

Warto rozmawiać

Kolejna konferencja nie złagodzi bezpośrednio codziennych trudów osób z niepełnosprawnościami. Nadrabianie wielowiekowych zaniedbań bywa procesem budzącym frustrację, szczególnie gdy wciąż uzasadniać trzeba sens tworzenia środowiska przyjaznego wszystkim użytkownikom. Należy jednak założyć, że mimo palącej potrzeby najbardziej praktycznego działania na rzecz osiągania skutecznych rozwiązań, nie możemy bagatelizować sensu powracających dyskusji na temat celowości kreowania dostępności, także w odniesieniu do zasad projektowania uniwersalnego. Każda taka debata powoduje bowiem, że coraz większa liczba pracowników administracji publicznej umie rozpoznawać potrzeby i oczekiwania osób z niepełnosprawnościami, a także zyskuje nowe kompetencje umożliwiające bardziej skuteczne reagowanie na niedopuszczalną dyskryminację powszechnie występującą w przestrzeni publicznej.

O zielonych wyspach, czyli o krakowskiej konferencji „Pełno(s)prawny Student”

4



dr Katarzyna Ojrzyńska
Zakład Dramatu i Dawnej Literatury Angielskiej.
Instytut Anglistyki, Uniwersytet Łódzki

Dnia 7 grudnia 2016 r., w Międzynarodowym Centrum Kultury w Krakowie odbyła się X. już konferencja pt. „Pełno(s)prawny Student”, zorganizowana przez Fundację Instytut Rozwoju Regionalnego (FIRR) przy współfinansowaniu z funduszy Unii Europejskiej przyznanych w ramach programu Erasmus+ Sport oraz środków Gminy Miejskiej Kraków. Wydarzenie to w swoich założeniach miało stanowić okazję do nawiązania kontaktów między środowiskami akademickimi zajmującymi się zagadnieniami związanymi z problemami dostępności wykształcenia wyższego dla osób z niepełnosprawnościami. Jednym z przewodnich motywów, który wielokrotnie pojawiał się podczas tegorocznych wystąpień oraz rozmów prowadzonych w kuluarach, była metafora zielonych wysp. Za tego rodzaju enklawy często uznaje się polskie uczelnie wyższe będące zielonymi ostojami na dość szarej mapie edukacyjnej naszego kraju, bowiem to one właśnie świadomie, a zarazem skutecznie wychodzą naprzeciw indywidualnym potrzebom osób z niepełnosprawnościami. Wiele z nich można nazwać swoistymi oazami, życzliwie witającymi strudzonych przybyszów, którzy jakże rzadko otrzymywali odpowiednie wsparcie na wcześniejszych etapach podróży ścieżkami polskiego systemu edukacji.

Zagadnieniem, wokół którego skupiła się większość prezentacji w pierwszym panelu konferencji, była kwestia dotacji przyznawanej przez polski rząd na zadania związane ze stwarzaniem studentom i doktorantom będącym osobami niepełnosprawnymi przyjaznych warunków do pełnego uczestnictwa w procesie kształcenia. Tego rodzaju wsparcie finansowe jest przyznawane uczelniom publicznym od 2007 r., (roku, w którym odbyła się również pierwsza edycja konferencji „Pełno(s)prawny Student”), zaś od 2011 r., mogą się o nie starać również uczelnie niepubliczne.

Istotnym problemem związanym z omawianą dotacją celową jest brak szczegółowych wytycznych rządowych w zakresie zasad wydatkowania przyznanych środków finansowych. Właśnie dlatego pierwszą część konferencji poświęcono serii krótkich prezentacji wygłoszonych przez przedstawicieli BONów (Biur ds. Osób Niepełnosprawnych) z wiodących polskich uczelni (m.in. Politechniki Warszawskiej, Politechniki Łódzkiej, Politechniki Śląskiej, Uniwersytetu Rzeszowskiego, KUL, AGH, Uniwersytetu Ekonomicznego w Krakowie, Uniwersytetu SWPS). Ce-



lem prezentacji było przedstawienie dobrych praktyk, które dzięki dotacji z budżetu państwa wypracowano w poszczególnych szkołach wyższych. Wbrew obiegowym opiniom, jednym z największych problemów, z którymi mierzą się obecnie polskie uczelnie są nie tyle bariery architektoniczne, ile dostosowanie programów kształcenia do potrzeb osób z różnego rodzaju niepełnosprawnościami oraz odpowiedni proces kształcenia kadry dydaktycznej. Do tych właśnie kwestii odnosiła się zdecydowana większość prezentacji, podczas których prelegenci omówili wdrożone na ich uczelniach praktyki związane między innymi z kształceniem osób z dysleksją, dostosowaniem programu zajęć wychowania fizycznego do potrzeb osób niepełnosprawnych, oraz rolą i zakresem obowiązków asystentów studentów niepełnosprawnych zatrudnianych przez uczelnie. Zwrócono również szczególną uwagę na rosnące problemy wynikające z niepełnosprawności będącej pokłosiem współczesnych chorób cywilizacyjnych, takich jak depresja czy inne choroby psychiczne, których coraz częściej doświadczają również studenci. Z tego rodzaju często ukrytymi formami niepełnosprawności ściśle wiąże się kolejna trudna kwestia niemożności w myśl decyzji Ministerstwa Nauki i Szkolnictwa Wyższego wydatkowania rządowej dotacji na pomoc studentom nieposiadającym aktualnego zaświadczenia o niepełnosprawności. Jak zauważono, wspomniana decyzja Ministerstwa stoi w sprzeczności z Konwencją ONZ o prawach osób z niepełnosprawnościami, w świetle której wsparcie należy się wszystkim osobom niepełnosprawnym, bez względu na to, czy posiadają one stosowne zaświadczenie.

Doskonałe podsumowanie sesji stanowił panel ekspercki, w którym uczestniczył również Michał Wypij, pełniący funkcję doradcy Wiceprezesa Rady Ministrów Jarosława Gowina. Aktywne uczestnictwo p. Wypija w wydarzeniu było niezwykle ważne, ponieważ pozwoliło rozwiązać obawy zgromadzonych dotyczące przyszłości dotacji rządowej. Ponadto zapewnił on obecne na sali obrad osoby o chęci bli-

skiej współpracy rządu ze środowiskiem osób niepełnosprawnych. Zadeklarował również, że wszelkie przyszłe działania Ministerstwa dotyczące kształcenia akademickiego osób z niepełnosprawnościami poprzedzone zostaną konsultacjami ze środowiskiem. Uczestnictwo przedstawiciela władz państwowych w konferencji było też ważne z uwagi na istotne znaczenie postawy rządu dla inkluzji społecznej osób z niepełnosprawnościami. O tym, że nie tylko zły, ale i dobry przykład może iść z góry mówiła Pam DeVolder, pełniąca funkcję Konsula ds. Prasy i Kultury w Konsulacie Generalnym USA. W swoim krótkim wystąpieniu przytoczyła jako przykład karierę Leah Katz-Hernandez, młodej absolwentki Uniwersytetu Gallaudeta – pierwszej i do tej pory jedynej uczelni wyższej, gdzie językiem wykładowym jest język migowy. Katz-Hernandez jest osobą niesłyszącą o meksykańskich korzeniach, której sukcesy zawodowe odbiły się szerokim echem w amerykańskich mediach po tym, jak otrzymała od prezydenta Obamy posadę sekretarki w Białym Domu.

Jedną z najważniejszych refleksji, jaka pojawiła się w pierwszej części konferencji, dotyczyła problemów wynikających z braku konkretnych, szczegółowych wskazówek rządu polskiego dotyczących zasad rozliczania i dozwolonych sposobów pożytkowania dotacji celowej. Wydaje się jednak, że ta wysoce niekomfortowa i niedogodna sytuacja została w większości przypadków przekuta na sukces. Brak dokładnych wytycznych w tym zakresie okazał się bowiem czynnikiem, który bezpośrednio przyczynił się do wypracowania szerokiego wachlarza różnorodnych dobrych praktyk i zachęcił do bardziej zindywidualizowanego podejścia do potrzeb studentów z niepełnosprawnością. Sytuację doskonale podsumowała prof. Janina Filek z Uniwersytetu Ekonomicznego w Krakowie, Pełnomocniczka Rektora ds. Osób Niepełnosprawnych oraz przewodnicząca Komisji ds.





Wyrównywania Szans Edukacyjnych przy Konferencji Rektorów Akademickich Szkół Polskich (KRASP), która wraz z prowadzącym konferencję Aleksandrem Waszkielewiczem (FIRR) celnie rozprawiła się z licznymi krzywdzącymi mitami domniemanego niegospodarnego wykorzystywania dotacji przez uczelnie. Podkreśliła jednocześnie, że dotychczasowa praca nad sposobami efektywnego wydatkowania dotacji była iście pionierska, ponieważ nie polegała na powielaniu utartych schematów. W chwili obecnej, po wypracowaniu w dużej mierze niezależnie szerokiej gamy dobrych praktyk przez polskie uczelnie, nadszedł jednak czas, aby usystematyzować i szeroko rozpropagować wyniki tych działań, aby mogły dotrzeć poza wąskie grono uczestników konferencji i znaleźć ewentualnych naśladowców.

Choć prelekcje wygłoszone w drugiej części konferencji nie były wygłaszane przez przedstawicieli BONów, posiadały jednak istotny wspólny mianownik, który łączył je ze wcześniejszymi prezentacjami. Wszystkie one dotyczyły bowiem w gruncie rzeczy tego samego zagadnienia – projektowania świata otwartego na ludzką różnorodność. Jeżeli zatem porównamy polskie uczelnie do „zielonych wysp” – oaz, w których osoby z niepełnosprawnością mogą znaleźć pełnoprawne miejsce, wówczas krakowską konferencję możemy uznać za okazję do budowania mostów pomiędzy tymi wyspami. Tego rodzaju mosty pozwolą natomiast

skuteczniej rozwijać nowe podejścia do niepełnosprawności oraz dobre praktyki związane z kształceniem osób z niepełnosprawnością nie tylko w świecie akademickim, lecz również poza jego granicami.

Istotna w tym temacie jest kwestia wykluczenia cyfrowego, a przede wszystkim ograniczony dostęp do świata wirtualnego, w którym spędzamy coraz większą część naszego życia. Podczas konferencji o narzędziu diagnostycznym Utilitia (<http://www.utilitia.pl/>) służącym badaniu dostępności stron internetowych mówił Mikołaj Rotnicki. Istotnym tematem poruszonym w drugiej części konferencji była jednak nie tylko dostępność w sieci internetowej, ale też zagadnienie budowania sieci wsparcia i współpracy. Małgorzata Mickiewicz mówiła zatem o współpracy Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego w Olsztynie ze wspomnianym wcześniej amerykańskim Uniwersytetem Gallaudeta. Autorka niniejszego tekstu opowiedziała o wdrażaniu kulturowych studiów nad niepełnosprawnością na Wydziale Filologicznym Uniwersytetu Łódzkiego – przedsięwzięciu, którego podjęliśmy się dzięki owocnej współpracy z prof. Rosemarie Garland-Thomson z Emory University w Atlancie, wy-



bitnej specjalistki w zakresie bioetyki, studiów nad niepełnosprawnością i studiów kobiecych, która w 2015 r., w ramach stypendium Fundacji Fulbrighta odwiedziła Łódź, gdzie przeprowadziła serię wykładów i warsztatów, skierowanych do studentów i kadry dydaktycznej UŁ oraz do szerszej publiczności.

W swoich wykładach prof. Garland-Thomson często nawiązywała do autobiograficznej książki amerykańskiej pisarki Nancy Mairs, która żyje ze stwardnieniem rozsianym. We wstępie do tej książki Mairs stawia sobie dwa cele. Pierwszy z nich to stworzenie mapy otaczającego ją świata – świata, który jest obcy i nieprzyjazny, i który trudno jest jej kochać. Ma to być mapa, która pozwoli autorce i innym osobom doświadczać różnego rodzaju niepełnosprawności, zadomowić się w tym świecie. Drugim, trudniejszym celem jest stworzenie alternatywnej mapy – konceptualizacja świata, który będzie przyjaznym domem, czyli tym, co autorka nazywa „habitable world” – w dosłownym tłumaczeniu, świata, w którym da się i chce się zamieszkać. Innymi słowy, będzie to świat otwarty na inność, który będzie chciał mieć takie osoby jak Mairs wśród swoich mieszkańców.

Warunkiem koniecznym, który pozwoli stworzyć tego rodzaju świat, jest zmiana przestrzeni naszego życia zgodnie z hasłem „Wspólna Przestrzeń – Wspólna Sprawa”, wykorzystanym jako tytuł projektu prowadzonego przez członków Centrum Projektowania Uniwersalnego Politechniki Gdańskiej, o którym na konferencji opowiedział dr hab. Marek Wysocki. Przede wszystkim jednak ważna jest zmiana my-

ślenia o różnych sposobach bycia w świecie, które nie mieszczą się w wąskich standardach tak zwanej „normalności” i produktywności – standardach, które tak naprawdę bardzo niewiele osób spełnia przez całe swoje życie. Właśnie dlatego dużą popularność przede wszystkim w Stanach Zjednoczonych zdobył termin określający osoby sprawne – termin TBA (temporarily able-bodied) – osoba tymczasowo sprawna. Do tej koncepcji nawiązuje m.in. również Mairs – która wyjaśnia, że mapy, które nakreśla w swojej książce, wydają się niezwykle potrzebne we współczesnym świecie, ponieważ jej historia nie jest historią odosobnioną. Mairs pisze, że choć świat nie jest dla niej przyjazny ani otwarty, to nie czuje się w nim sama, z uwagi na rosnącą liczbę osób doświadczających różnego rodzaju niepełnosprawności. Niepełnosprawność nie jest już tylko i wyłącznie cechą „tego innego,” często niechcianą i pogardzaną, ale jest również częścią nas samych. Warto zatem tworzyć świat niewykluczający, w którym zawsze znajdzie się dla nas miejsce. Z niecierpliwością czekam zatem na XI. edycję konferencji „Pełno(s)prawny Student” oraz na podobne inicjatywy skupiające się na wcześniejszych etapach edukacji szkolnej. Nie sposób bowiem nie oprzeć się wrażeniu, że polskim szkołom wciąż daleko do zielonych wysp, jakimi są nasze rodzime uniwersytety.

W artykule nawiązałam do książki Nancy Mairs *Waist-High in the World: A Life Among the Nondisabled* (Beacon Press, 1996)



V Ogólnopolska „Mikołajkowa” Konferencja Osób Niepełnosprawnych w Częstochowie

5

Michał Kaźmierski

V Ogólnopolska Konferencja Osób Niepełnosprawnych w Częstochowie 2016 odbyła się w dniach 9-11 grudnia. Forum miało za zadanie przedstawienie barier, jakie osoby niepełnosprawne spotykają na swojej drodze w życiu oraz jak sobie z nimi radzić. Byłem bardzo ciekawy, jak temat zostanie zrealizowany i czy dowiem się czegoś, co może mi się jeszcze przydać w życiu.

Ale po kolei...

W tym roku do Częstochowy pojechaliśmy mniejszą grupą niż zwykle. Radę Studentów z Niepełnosprawnością Politechniki Łódzkiej reprezentowałem ja, Mirosław Jakubowski, Andrzej Jędraszek i Monika Świerska. Dodam, że w zeszłym roku było nas dwa razy tyle. Jak zwykle na miejsce dotarliśmy pociągiem, i jak zwykle jako ostatni. Kolacja na Politechnice Częstochowskiej nas ominęła, więc wspólnie udaliśmy się coś zjeść. Po bardzo sycącym posiłku ruszyliśmy w stronę akademika w celu zakwaterowania. Ugośczone nas w tym samym miejscu, co ostatnio. Nowością była choinka z prezentami, niestety sztucznymi. Rozpakowani i lekko zregenero-

wani wybraliśmy się na wieczorek integracyjny, który odbywał się w dużej salce zaraz nad Biurem ds. Osób Niepełnosprawnych Politechniki Częstochowskiej. Na miejscu okazało się, że nie tylko my przyjechaliśmy w tym roku w tak małym składzie - niska frekwencja najprawdopodobniej spowodowana była datą konferencji. Bardzo serdecznie przywitał nas Jarosław Kapkowski, jeden z organizatorów wydarzenia. Po części oficjalnej przyszedł czas na zabawę do białego rana i zawieranie nowych znajomości.

Nie ma granic

Sobotę zaczęliśmy, oczywiście zaraz po „ciężkim” wstawaniu, od śniadania na stołówce wydziało-

wej. Zaraz po posiłku udaliśmy się na pierwsze wykłady. Cześć poranna zaskoczyła mnie wykładem Karola Kostrzewy – „Przedsiębiorczość osób niepełnosprawnych a napotykane bariery”. Dotyczył on osób niepełnosprawnych myślących o własnej działalności, które muszą poradzić sobie z wieloma trudnościami, z którymi przyjdzie im się zmierzyć realizując swój cel. Po pierwszych wykładach przyszedł czas na krótką przerwę, a po niej kontynuację, jak się okazało, jeszcze ciekawszych tematów. Kolejna część to między innymi wykłady Michała Modławskiego i Emila Maciąga. Obu chłopaków miałem już przyjemność słuchać rok temu i również teraz nie zawiedli! Emil opowiadał o tym, jak to jest mieć własną działalność i ile

korzyści, nie tylko materialnych, to daje. Michał zaś zapoznał nas z drukiem 3D, czyli przyszłością techniki, medycyny itd. Poruszano także tematy sportu i rozrywki w życiu osób niepełnosprawnych, barier architektonicznych oraz barier, jakie pojawiają się podczas zatrudniania osób niepełnosprawnych. Po ostatniej części stwierdziłem, że właśnie tego mi brakowało - takich prostych tematów jak rozrywka i sport, ale też takich ważnych jak zatrudnienie i bariery miejskie. Gdy ta część dobiegła końca wróciliśmy do akademika odpocząć, odświeżyć się i udać na imprezę mikołajkową. Spotkanie odbyło się w tym samym miejscu, w którym zorganizowano spotkanie integracyjne. Tym razem było więcej osób. Pojawili się Ci, którzy najprawdopodobniej ostatniego wieczoru woleli odpocząć, albo po prostu nie mogli tam być. Dobra muzyka, jedzenie, picie i wiele ciekawych osób. Jak się okazało, to nie był jeszcze koniec... Na scenę wkroczył on - czerwony strój, biała broda i spory brzuch. Tak, odwiedził nas Mikołaj z Mikołajową, aby umilić nam czas i dostarczyć mnóstwo dobrej zabawy. Były konkursy, tańce i wiele, wiele innych atrakcji. Oczywiście, w międzyczasie, Mikołaj rozdawał prezenty. Tym razem także bawiliśmy się do białego rana, jeszcze lepiej niż dzień wcześniej.

Końcowe bariery i powrót do rzeczywistości

Niedziela zaczęła się podobnie jak sobota. Trudny porannego wstawania, doprowadzenie się do porządku i spacerów w stronę stołówki. Po śniadaniu czekały nas ostatnie wykłady. Pierwszy z nich dotyczył barier, jakie stawia przed osobami niesłyszącymi lub słabo słyszącymi medycyna. Natomiast drugi – przeszkód, jakie napotykają podróżujące osoby niepełnosprawne. Bardzo ciekawie poprowadzone oba przemówienia zakończyły naszą część merytoryczną w Częstochowie. Pozostało tylko udać się na obiad i wrócić do akademika w celu spakowania swoich rzeczy. Po wymeldowaniu udaliśmy się w stronę dworca. Oczywiście zabłądziliśmy, ale dzięki naszej orientacji w terenie i tym razem nie musieliśmy biec na pociąg, żeby zdążyć. Powrót do Łodzi przebiegał bez większych sensacji. Każdy wysiadł gdzie miał wysiąść i wróciliśmy do szarej rzeczywistości, bogatsi o nową wiedzę, doświadczenia i znajomości.

Zapoznavanie studentów z drukiem 3d



Konferencja „Niepełnosprawni na rynku pracy”

6

Hubert Gęsiarz, Witold Olszewski, Maria Religa

Uniwersytet Medyczny w Łodzi oraz Fundacja Łódź Akademicka po raz trzeci zorganizowały konferencję pt. „Niepełnosprawni na rynku pracy”. Spotkanie odbyło się na terenie Łódzkiej Specjalnej Strefy Ekonomicznej, a tematem przewodnim tegorocznych dyskusji była rehabilitacja oraz możliwości powrotu na rynek pracy osób z niepełnosprawnościami.

Wydarzenie otworzył prof. Tomasz Kostka, Prorektor ds. Kształcenia Uniwersytetu Medycznego w Łodzi. Wykład motywacyjny, inaugurujący konferencję, poprowadziła Monika Kuszyńska, piosenkarka, autorka książki „Drugie życie”.

Konferencję swoją obecnością zaszczylił także Marszałek Województwa Łódzkiego – Witold Stępień, który przemówił do uczestników i wziął udział w konferencji prasowej.

Można było wysłuchać również wykładu Pani Profesor Uniwersytetu Medycznego w Łodzi Jolanty Kujawy na temat kompleksowej rehabilitacji, która jest istotnym warunkiem aktywności zawodowej osób niepełnosprawnych.

Wyjątkowym Gościem konferencji byli także przedstawiciele Akademii Życia z Konina i Fundacji im. Doktora Piotra Janaszka PODAJ DALEJ. Opowiedzieli o fantastycznym projekcie, w którym osoby z niepełnosprawnością ruchową przygotowują się do samodzielnego życia. Dzięki Akade-

mii Życia uczą się samodzielności, przygotowują do podjęcia pracy, by zyskać niezależność w każdym aspekcie życia.

Wśród zaproszonych prelegentów nie zabrakło przedstawicieli studentów i doktorantów: Katarzyna Król – doktorantka Uniwersytetu Łódzkiego mówiła o potrzebach i oczekiwaniach społecznego uczestnictwa studentów niepełno-

sprawnych w życiu akademickim, Anna Zaleszczyk z Krajowej Reprezentacji Doktorantów z wystąpieniem na temat zwiększaniu szans edukacyjnych dla osób z niepełnosprawnościami, a także Filip Loba reprezentujący Polskie Stowarzyszenie Studentów i Absolwentów z Niepełnosprawnością.

W trzeciej edycji konferencji udział wzięło ponad 200-stu gości





oraz kilkunastu partnerów. Głównym celem spotkania było umożliwienie osobom niepełnosprawnym bezpośredniego kontaktu z pracodawcami, by szansa na znalezienie odpowiedniej pracy, praktyki czy stażu, wzrosła.

Konferencji towarzyszyła Giełda Pracy zorganizowana przez Polską Organizację Pracodawców Osób Niepełnosprawnych. Zorganizowano też Strefę Doradztwa Zawodowego, w której pomagano przygotować CV oraz przeprowadzano symulacje rozmowy kwalifikacyjnej o pracę. Uczestnicy konferencji mieli możliwość skorzystać z porad ekspertów Zakładu Ubezpieczeń Społecznych, Państwowej Inspekcji Pracy oraz Wojewódzkiego i Powiatowego Urzędu Pracy.

Konferencja była również okazją do spotkania Pełnomocników Uczelni Wyższych ds. Osób z Niepełnosprawnościami z całego kraju, którzy na co dzień wspierają studentów z niepełnosprawnościami. Spotkanie pozwoliło na wymianę cennych doświadczeń związanych z codziennym wsparciem studentów na Uczelniach, a także pozwoliło na podjęcie dyskusji w zakresie bieżących tematów legislacyjnych, w szczególności w kwestii dotacji dla osób niepełnosprawnych przekazywanych do uczelni wyższych.

Tegoroczna konferencja cieszyła się dużym zainteresowaniem uczestników, mediów oraz osób związanych z tematyką osób z niepełnosprawnościami.

Serdecznie dziękujemy uczestnikom, partnerom i sponsorom wydarzenia!

Patronat Honorowy nad konferencją objęli:

- Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej
- Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego
- Pełnomocnik Rządu ds. Osób Niepełnosprawnych
- Wojewoda Łódzki
- Marszałek Województwa Łódzkiego
- Prezydent Miasta Łodzi
- Jego Magnificencja Rektor Uniwersytetu Medycznego w Łodzi
- Parlament Studentów Rzeczypospolitej Polskiej
- Krajowa Reprezentacja Doktorantów
- Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych
- Narodowy Fundusz Zdrowia – Łódzki Oddział Wojewódzki w Łodzi

Listy gratulacyjne nadesłali:

- Marszałek Sejmu – Marek Kuchciński
- Minister Zdrowia – Konstanty Radziwiłł
- Poseł na Sejm – Małgorzata Niemczyk
- Prezydent Miasta Łodzi – Hanna Zdanowska

Do zobaczenia w kolejnej edycji!

Aktywny samorząd 2017

Paulina Idzikowska



Zarząd Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych przyjął i opublikował dokument pn. Kierunki działań oraz warunki brzegowe obowiązujące realizatorów pilotażowego programu „Aktywny samorząd” w 2017 roku.

Zadania realizowane w ramach programu w 2017 r.

Podobnie jak w roku poprzednim realizowane będą w ramach Modułu I takie zadania jak:

Obszar A: pomoc w zakupie i montażu oprzyrządowania do posiadanego samochodu oraz pomoc w uzyskaniu prawa jazdy kategorii B (Zadania 1 i 2);

Obszar B: pomoc w zakupie sprzętu elektronicznego lub jego elementów oraz oprogramowania, a także dofinansowanie szkoleń w zakresie obsługi nabytego w ramach programu sprzętu elektronicznego i oprogramowania (Zadania 1 i 2);

Obszar C: pomoc w utrzymaniu sprawności technicznej posiadanego wózka inwalidzkiego o napędzie elektrycznym oraz pomoc w zakupie protezy kończyny, w której zastosowano nowoczesne rozwiązania techniczne, tj. protezy co najmniej na III poziomie jakości, a także pomoc w utrzymaniu sprawności technicznej posiada-

nej protezy kończyny, w której zastosowano nowoczesne rozwiązania techniczne (Zadania 2, 3 i 4);

Obszar D: pomoc w utrzymaniu aktywności zawodowej poprzez zapewnienie opieki dla osoby zależnej tj. dziecka będącego pod opieką Wnioskodawcy, przebywającego w żłobku lub przedszkolu albo pod inną tego typu opieką.

Niezmiennie w ramach Modułu II niepełnosprawni uczniowie oraz studenci będą mogli uzyskać pomoc w uzyskaniu wykształcenia na poziomie wyższym poprzez dofinansowanie kosztów edukacji.

Terminy składania wniosków

Wyznaczono już terminy zakończenia przyjmowania wniosków i tak wnioski w ramach Modułu I będą przyjmowane do dnia 30 sierpnia 2017 r.; zaś w ramach Modułu II kolejno do dnia 30 marca 2017 r. (dla wniosków dotyczących roku akademickiego 2016/2017) oraz do dnia 10 października 2017 r. (dla wniosków dotyczących roku

akademickiego 2017/2018).

Zmiany w treści dokumentów dotyczące programu Aktywny samorząd – Moduł II

Jeszcze w roku 2016 Zarząd Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych dokonał modyfikacji dokumentów regulujących realizację pilotażowego programu „Aktywny samorząd”. Modyfikacje dotyczyły m.in. zmiany charakteru dodatku na pokrycie innych kosztów nauki na progresywny i motywacyjny, tak więc wysokość dodatku uzależniono od postępów Wnioskodawcy w nauce. Zmiany dotyczyły także sposobu wypłaty dofinansowania, które wypłacane będzie w dwóch transzach. W związku z powyższymi zmianami realizatorzy mogą wypłacać dofinansowanie nie jak dotychczas do 31 stycznia, lecz do 15 kwietnia br. – jest to nowy termin rozliczenia przez samorząd powiatowy środków przekazanych w danym roku na realizację pro-

gramu, a w konsekwencji – nowy termin złożenia końcowego sprawozdania.

Kierunki działań oraz warunki brzegowe obowiązujące realizatorów pilotażowego programu „Aktywny samorząd” w 2017 roku przyjęte przez Zarząd Funduszu także w stosunku do zasad określonych w 2016 roku wprowadziły też inne równie istotne zmiany. M.in. nastąpiła modyfikacja zasad zwalniania z obowiązku wniesienia udziału własnego (15%) w kosztach czesnego dla zatrudnionych beneficjentów. Obecnie obowiązuje tylko kryterium dochodowe, zatem z obowiązku wniesienia udziału własnego zwolnione są osoby zatrudnione, gdy wysokość przeciętnego miesięcznego dochodu Wnioskodawcy nie przekracza kwoty 583 zł (netto) na osobę. Zwiększono także kwotę dofinansowania w formie dodatku na pokrycie kosztów kształcenia dla studentów studiów II stopnia (magisterskich), analogicznie do kwot przewidzianych dla studentów studiów III stopnia i dla studentów czwartego i kolejnych lat jednolitych studiów magisterskich.

Dofinansowanie – Moduł II

W ramach pilotażowego programu „Aktywny samorząd” kwota dofinansowania kosztów nauki wynosi równowartość kosztów czesnego w ramach jednej, aktualnie realizowanej formy kształcenia na poziomie wyższym (na jednym kierunku), nie więcej jednak niż do kwoty 3 000 zł.

W przypadku gdy wnioskodawca pobiera naukę w ramach kilku form kształcenia na poziomie wyższym, kwota dofinansowania opłaty za naukę może być zwiększona o równowartość połowy kosztów czesnego na kolejnym kierunku. Moduł II przewiduje także pomoc dla doktorantów, a kwota dofinansowania na uiszczenie opłaty za przeprowadzenie przewodu doktorskiego wynosi maksymalnie 4 000 zł. Należy pamiętać, iż wprowadzono możliwość zwiększenia kwoty dofinansowania kosztów opłaty za naukę (czesne) lub dodatku na uiszczenie opłaty za przeprowadzenie przewodu doktorskiego dla Wnioskodawcy, którego przeciętny miesięczny dochód przekracza kwotę 583 zł netto na osobę w gospodarstwie domowym. Jeśli Wnioskodawca zamierza ubiegać się o wyrażenie zgody na zwiększenie dofinansowania czesnego, to musi wskazać okoliczności zasługujące na indywidualne rozpatrzenie wniosku.

Studenci i uczniowie mogą także uzyskać dodatek na pokrycie kosztów kształcenia wynoszący do 1 000 zł. Wysokość dodatku dla każdego wnioskodawcy jest uzależniona od jego postępów w nauce, co dokładnie przedstawia poniższa tabela.

	Maksymalna kwota dodatku wyrażona w % z uwzględnieniem etapu pobierania nauki					
	1 rok	2 rok	3 rok	4 rok	5 rok	6 rok
Szkoła policealna - trwająca 1 rok	50%	-	-	-	-	-
Kolegium - trwające 1 rok						
Studia podyplomowe - trwające 1 rok						
Szkoła policealna - trwająca dłużej niż rok, nie dłużej niż 2 lata	25%	50%	-	-	-	-
Kolegium – trwające dłużej niż rok, nie dłużej niż 2 lata						
Studia podyplomowe trwające dłużej niż rok, nie dłużej niż 2 lata						

Szkoła policealna - trwająca 3 lata	25%	50%	75%			
Kolegium - trwające 3 lata						
Studia podyplomowe - trwające 3 lata						
Studia I-go stopnia - trwające do 6-ciu semestrów						
Studia I-go stopnia inżynierskie – trwające 7 semestrów)	25%	50%	75%	100%	-	-
Studia II-go stopnia	studenci studiów II dodatek w kwocie maksymalnej na każdym etapie nauki					
Studia jednolite magisterskie (5 lat)	25%	50%	75%	100%	100%	-
Studia jednolite magisterskie (6 lat)						100%
Studia III-go stopnia doktoranckie (do 5-ciu lat)	studenci studiów doktoranckich mogą otrzymać dodatek w kwocie maksymalnej na każdym etapie nauki					

Ponadto dodatek na pokrycie kosztów kształcenia, o którym wyżej mowa może być zwiększony o nie więcej niż 300 zł w przypadku, gdy wnioskodawca posiada aktualną Kartę Dużej Rodziny oraz w przypadku, gdy wnioskodawca pobiera naukę jednocześnie na dwóch (lub więcej) kierunkach studiów/nauki. W przypadku, gdy wnioskodawca ponosi koszty z tytułu pobierania nauki poza miejscem zamieszkania, dodatek może być zwiększony o nie więcej niż 500 zł.

Wyplata dofinansowania

Zmiany wprowadzone przez Zarząd PFRON dotyczą także sposobu wypłaty dofinansowania. Przekazanie dofinansowania będzie następowało w dwóch transzach. Student po podpisaniu umowy o dofinansowanie otrzyma w tzw. pierwszej transzy 80% przyznanego dofinansowania (80% kosztów czesnego). Druga transza w wysokości 20% przyznanego dofinansowania (20% kosztów czesnego) wraz z dodatkiem zostanie przekazana po dostarczeniu Realizatorowi programu informacji o zaliczeniu semestru/półroczu objętego dofinansowaniem lub po złożeniu zaświadczenia ze szkoły/uczelni, że Wnioskodawca uczęszczał na zajęcia zgodnie z planem/programem nauki/studiów. Przekazanie dofinansowania czesnego i dodatku związanego z przewodem doktorskim otwartym, poza studiami III stopnia, będzie następowało w formie jednorazowej transzy (100% przyznanego dofinansowania) - po podpisaniu umowy.

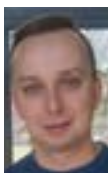
Źródła:

- Oficjalna strona Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych: <http://www.pfron.org.pl>
- Kierunki działań oraz warunki brzegowe obowiązujące realizatorów pilotażowego programu „Aktywny samorząd” w 2017 roku - Załącznik do uchwały nr 5/2017 Zarządu PFRON z dnia 24 stycznia 2017 r.
- Uchwała nr 71/2016 Zarządu Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych z dnia 7 grudnia 2016 r.



Terapia uzależnień od narkotyków

8



Antoni Naglik
pedagog, konsultant w Punkcie Informacyjno - Konsultacyjnym
(profilaktyka, poradnictwo z zakresu uzależnień) dla studentów i pracowników PŁ

Medyczne aspekty leczenia uzależnień od narkotyków

Leczenie to: „Podstawowy dział medycyny i weterynarii, przywracanie zdrowia chorym ludziom i zwierzętom; l. objawowe, zachowawcze, zabiegowe; l. farmakologiczne, fizykalne, dietetyczne, promieniowaniem” (Encyklopedia.pwn.pl). Medyczne formy leczenia uzależnień wiążą się z podawaniem pacjentom leków, czego nie ma w innych formach terapii leczenia uzależnień. Medyczne podejście do leczenia uzależnień od narkotyków wiąże się z podejściem psychiatrycznym do pacjenta – człowiek traktowany jest jak psychicznie chory, a nie jak człowiek, który ma problem wynikający z różnego rodzaju problemów. Chociaż trzeba zaznaczyć, że w leczeniu psychiatrycznym uzależnień występują elementy poradnictwa psychologicznego oraz psychoterapii (por. Narkotyki.pl). Często przy leczeniu narkomanii zapisywane są przez psychiatrów leki - głównie psychotropowe. Mają one złagodzić cierpienie po odstawieniu środka odurzającego. Do leczenia objawów odstawienia używa się również leków



przeciwbólowych i przeciwwymiotnych (por. Z. Juczyński, 2002). Sposobem medycznego leczenia uzależnień, o którym warto wspomnieć jest kuracja metadonowa. Metadon to: „(...) syntetyczny narkotyk typu opiatowego. Wynaleziony przed II wojną światową, a w czasie jej trwania stosowany do zniesienia bólu u kontuzjowa-

nych żołnierzy. Powszechnie znany na świecie od 30 lat, gdy został zastosowany do leczenia substytucyjnego narkomanów opiatowych w USA z dobrymi efektami. Podawany jest doustnie, co eliminuje zagrożenie wirusem HIV. Uwalnia też od głodu opiatowego, co daje szansę na lepsze funkcjonowanie w społeczeństwie. Warunkiem powodzenia jest jednak dobra współpraca między leczonymi a leczącymi, dyscyplina i duża determinacja uzależnionych wytrwania w programie metadonowym, aby później żyć bez narkotyku” (W. Janiszewski, 2001, s. 62).

Pozamedyczne formy terapii

Istnieje kilka pozamedycznych form terapii, które mają na celu leczenie uzależnień. Są to najczęściej różnego rodzaju aktywności fizyczne i psychiczne. Podczas takiej terapii pacjenci uczą się mówić o sobie (o swoich zachowaniach i uczuciach). Uczą się tego, że w życiu trzeba ponosić konsekwencje swoich (czasami bardzo złych) czynów. Ludziom uzależnionym będącym podczas leczenia „pokazuje” się, że ważną rzeczą w życiu człowieka jest stawianie

realnych celów i dążenie do ich realizacji (por. T. Głowik, 2002).

Jedną z metod leczenia jest terapia grupowa. Proces grupowy zapoczątkował A. Messmer w połowie VIII wieku. Jednak dopiero po II wojnie światowej nastąpił jej największy rozwój (por. L. Sagadyn, 2003). W dzisiejszych czasach mamy wiele propozycji terapii grupowej dla osób zażywających substancje psychoaktywne. Jest to np. grupa motywacyjna. Pacjenci w grupie motywacyjnej dowiadują się między innymi, że zdecydowali się na leczenie ponieważ: „(...) nie radzą sobie w życiu na wszystkich płaszczyznach, a narkotyk to jedna, wcale nie najlepsza, z możliwych dróg radzenia sobie, istnieje natomiast wiele innych możliwości, które są mniej destrukcyjne. Z tej grupy pacjent wychodzi z podstawową wiedzą na temat uzależnienia, rozpoznaje u siebie objawy, wie, czym grozi łączenie życiowych problemów z przyjmowaniem substancji psychoaktywnych” (A. Bakula i P. Bakula, 2003). W obrębie terapii grupowej występują również:

- a) terapię w grupach intensywnej psychoterapii (praca nad głodem narkotykowym, praca nad bezsilnością i praca nad tożsamością);
- b) grupa pracy pogłębionej (praca nad problemami dnia codziennego);
- c) grupa dla rodziców. (por. A. Bakula i P. Bakula, 2003).

Ważną rolę odgrywają także grupy dla osób, które skończyły leczenie odwykowe, lub terapię w ośrodku. Osoby po leczeniu, czyli „neofici” nie muszą od razu wracać do domów, czy wynajmować mieszkań w mieście. Istnieją bowiem takie miejsca jak hostele postrehabilitacyjne. Nie jest to już ośrodek, ale niektóre zasady pozostają podobne. Np. co jakiś czas odbywa się grupa, podczas której byli pacjenci opowiadają o swoich doświadczeniach życiowych. Oczywiście gdy przychodzi kryzys – uzyskują wsparcie i pomoc. D. Lambert i N. C. English (za: M. Schneider – Corey i G. Corey, 2002, s. 389, 390) opisują formę terapii grupowej dla uczniów po, lub pod koniec leczenia odwykowego. Jest to ważne, żeby tacy uczniowie mieli się gdzie zgłosić. Prowadzący takie grupy ogłaszają się w szkołach poprzez np. informację w gazetce szkolnej.

Bardzo popularna i stosowana praktycznie we wszystkich ośrodkach MONAR metoda grupowej terapii to społeczność terapeutyczna. Istnieje także wspólnota o nazwie Anonimowi Narkomani. Są to samopomocowe grupy, które opierają się programie 12 kroków i 12 tradycji. Istotą leczenia w tej instytucji jest to, co uzależniony chce zrobić ze swoim problemem

i jak inni mogą mu pomóc – a nie to, jakie brał narkotyki i jak długo (por. B. T. Woronowicz, 2009). Program Anonimowych Narkomanów ma swoje korzenie w programie Anonimowych Alkoholików. Anonimowi Alkoholicy jest to wspólnota mężczyzn i kobiet, w której ludzie dzielą się ze sobą swoimi problemami. Program AA składa się z 12 Tradycji i 12 Kroków. Jeżeli uzależniony bardzo chce się zmienić i wprowadza w życie Program AA to ma szansę na pozbycie się obsesji picia (por. Alkoholizm.info.pl). Ważną rolę w leczeniu uzależnień odgrywają także indywidualne sesje. Jedną z nich jest poznawcza terapia według Becka i współpracowników. Jest to od 5 do 20 sesji, podczas których terapeuta ma się koncentrować na:

- aktualnym stanie pacjenta;
- jego funkcjonowaniu od poprzedniego spotkania;
- jakości realizacji przez pacjenta zadań domowych.



Takie spotkanie także wymaga od terapeuty skoncentrowania na prowadzeniu „dialogu sokratejskiego”. Taki dialog to specjalnie dobrane przez terapeutę pytania, przemyślenia, hipotezy i podsumowania. Gdy „dialog sokratejski” jest dobrze przeprowadzony to wtedy pacjent inaczej postrzega dotychczasowe problemy i łatwiej przyjmuje informacje na swój temat (por. J. Chodkiewicz, 2004). W terapii osoby uzależnionej bardzo ważne jest rozwijanie zainteresowań. Człowiek, który bierze narkotyki po pewnym czasie przestaje się interesować czymkolwiek. Najważniejsza staje się zabawa i bycie pod wpływem narkotyku. Od wielu lat w Polsce organizuje się dla młodzieży różnego rodzaju imprezy, które propagują styl życia bez narkotyków. Są to także takie imprezy, które zajmują ludziom czas i zarażają jakąś pasją. Istnieje wiele poradni i stowarzyszeń, które zajmują się terapią uzależnień. Są tam organizowane bardzo różne działania. Rodzic osoby uzależnionej, lub sam uzależniony może umawiać się na rozmowy ze specjalistami terapii uzależnień. Są organizowane różnego rodzaju grupy dla osób o „różnym stopniu wtajemniczenia” w narkotyki. Też osoby uzależnione uczęszczające do takich placówek ambulatoryjnych, mogą walczyć o bezpłatne wyjazdy na wakacje i zimowiska z pacjentami ośrodka Monar. Często różni ludzie organizują np. terapię przez sztukę, terapię przez muzykę.

Zdrowie psychiczne (także) studentów: komentarz do raportu EZOP Polska

9



dr n.med Patryk Stecz
psycholog w Akademickim Centrum Zaufania i BON PŁ, adiunkt w zakładzie Metodologii
Badań Psychologicznych i Statystyki Instytutu Psychologii UŁ



dr hab. Dorota Podgórska-Jachnik
psycholog, pedagog specjalny, surdopedagog, logopeda, przez wiele lat rzecznik osób
z niepełnosprawnością, kierownik Zakładu Pedagogiki Specjalnej i Logopedii
Uniwersytetu Kazimierza Wielkiego w Bydgoszczy

Jak dotąd nie przeprowadzono ogólnopolskiej diagnozy kondycji zdrowia psychicznego z wyszczególnieniem bardzo ważnej grupy – studentów. Potrzebę gromadzenia takich danych dostrzegają nie tylko badacze i praktycy (lekarze, psychologowie, czy wychowawcy). Informacje o istocie i występowaniu zaburzeń psychicznych powinny stanowić część wiedzy potocznej, ogólnodostępnej. W niniejszym artykule przedstawiono wybrane wyniki raportu EZOP (Moskalewicz, Kiejna, Wojtyniak red., 2012) dotyczące zaburzeń psychicznych w populacji studentów. Autorzy poddali dyskusji termin „zaburzenie psychiczne”, który wiąże się, ich zdaniem, niestety, z nieuzasadnionymi negatywnymi skojarzeniami i przekonaniami.

Psyche to nie pomnik z marmuru

Zaburzenia psychiczne można określić jako szerokie spektrum stanów doświadczanych z różnym nasileniem, o różnej częstotliwości występowania, czasie trwania oraz zakresie oddziaływania na poszczególne sfery aktywności. Niektóre z nich mogą być dys-

kretnie, krótkotrwałe i niezauważalne nawet dla bliskiego otoczenia. Bywa, że nie utrudniają życia w większości codziennych sytuacji, np. w przypadku fobicznego lęku przed gadami. Nie kupilibyśmy w takim wypadku wycieczki do południowoamerykańskiej dżungli i nie zapuścilibyśmy się w zakamarki Puszczy Białowie-

skiej, a już z pewnością nie czuliśmy się bezpiecznie w domu znajomego, który żyje za pan brat z czterometrowym wężem.

Część jednostek chorobowych sklasyfikowanych przez Światową Organizację Zdrowia (klasyfikacja ICD – International Classification of Diseases) oraz Amerykańskie Towarzystwo Psychiatryczne (kla-

syfikacja DSM – Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders) nie jest postrzegana przez opinię publiczną jako zaburzenia psychiczne (np. uzależnienie od nikotyny, psychogenne bóle głowy, patologiczny hazard). Niektóre znajdują zrozumienie w związku z nasileniem przykrych, stresogennych doświadczeń (tak np. jest tłumaczona ostra reakcja na stres w następstwie udziału w wypadku komunikacyjnym). Inne zaburzenia bywają stygmatyzujące, m.in. ze względu na niewielką świadomość społeczną dotyczącą ich etiologii oraz zniekształcony obraz zachowania się chorego. Na przykład częstym zjawiskiem jest lęk przed agresją „schizofrenika” czy unikanie przygnębiającego towarzystwa osoby z epizodem depresyjnym (por. Tyszkowska, Podogrodzka, 2013, *Psychiatria Polska*, 47(6): 1011-1022). Podobnie postrzegane być mogą także pozostałe schorzenia somatyczne, co do których upowszechniły się mity (np. nieuzasadniona obawa przed zarażeniem się łuszczycą).

Z komunikatu z badań CBOS (2005) dotyczących postaw Polaków wobec chorób psychicznych i osób, u których je rozpoznano wynika, że najczęstszymi reakcjami jest odczuwanie współczucia (57% badanych), połączonego z zaniepokojeniem (52%). Często pojawia się również bezradność (38%), strach (37%) oraz litość (34%). Nie trudno zauważyć, że wskaźniki te nie sumują się do 100%: najczęściej

mamy do czynienia z mieszaną tych i innych jeszcze odczuć i emocji, w tym występujących rzadziej: odrazy, pogardy czy złości. Zauważono także pewne różnice w hierarchii tych odczuć w niektórych środowiskach społecznych. W interesującym nas w tym opracowaniu środowisku ludzi młodych – uczniów i studentów w wieku 18-24 lat – strach wymieniany

cia się z osobą chorą psychicznie (tamże, s. 9). To nie jest dobry prognostyk dla warunków powrotu do zdrowia psychicznego po przebytym kryzysie...

Wyrażenie „choroba psychiczna”, ze względu na ogromny ładunek emocjonalny, nie służy żadnej ze stron (chory, otoczenie, rodzina, specjaliści), dlatego warto go nie nadużywać. Być może,

niezbyt fortunne jest fachowe określenie „zaburzenie psychiczne”, które dotyczy także wielu trudności adaptacyjnych wobec zmian życiowych ludzi postrzeganych nieraz jako osoby o „silnej psychice”. Jednocześnie, w potocznym języku stwierdzenie typu „ona ma po prostu jakieś zaburzenia psychiczne” funkcjonuje jako pejoratywne, obraźliwe, mogące sugerować nieprzewidywalność. Światowe i prowadzone w Polsce badania donoszą, że co czwarta osoba doznała w życiu stanu, który można zdefiniować jako zabu-



był częściej niż bezradność. Młodzi ludzie również częściej niż starsi wskazywali na odrazę, a przede wszystkim na zaniepokojenie (CBOS, Polacy wobec chorób psychicznych i osób chorych psychicznie. Komunikat z badań. BS/118/2005 s. 8-9). Zdaniem autorów komunikatu Dominacja odczuć wyrażających bezradność, pełne strachu oraz litości współczucie i zaniepokojenie sygnalizuje (...) stan społecznej niewiedzy i nieprzygotowania do radzenia sobie w sytuacji zetknię-

cia z osobą chorą psychicznie (Moskalewicz i in., 2012, Instytut Psychiatrii i Neurologii w Warszawie). Współczesne podejście do zdrowia zakłada, że jest to kontinuum, a nie cecha przyjmująca dwie wartości (zdrowy-chory). Trzeba spojrzeć na to także jak na dynamiczny proces, a nie jedynie jak na niezmienny stan człowieka. W konsekwencji można przyjąć, że mimo zaburzenia, można być zdrowym psychicznie na (jakimś) danym poziomie, przy czym funkcjonowanie w konkret-

nym obszarze może nie być optymalne lub odbiegać od przyjętej normy. Podobnie jak osoba w wieku średnim, mimo kilku schorzeń przewlekłych (np. nadciśnienie, bóle spowodowane wadami postawy) można czuć się subiektywnie zdrowym i być internistycznie „w stanie ogólnym dobrym”. Ponadto, jeśli to my znajdujemy się w otoczeniu osoby z zaburzeniem psychicznym, to także sami wpływamy na jej poziom zdrowia psychicznego i fizycznego. Dzieje się tak, gdyż wiele zależy od otoczenia i środowiska, w którym żyjemy oraz interakcji z innymi (m.in.

nym profilem funkcjonalnym pacjenta (profil według wybranych kategorii ICF).

Zdrowie psychiczne we współczesnym świecie – czy są powody do obaw?

Stan zdrowia psychicznego współczesnych ludzi budzi coraz więcej niepokoju. Wskaźniki epidemiologiczne różnego rodzaju zaburzeń psychicznych nasilają się i dotyczy to, niestety, różnych kultur i narodów, co z jednej strony odzwierciedla stan permanentnych napięć, konfliktów i po-

dzenie w statystykach uzależnień czy popełnianych samobójstw. Niestety, trzeba przyznać, że ten ostatni - najbardziej dramatyczny - wskaźnik dotyczący zaburzeń psychicznych w Polsce jest znacząco wyższy niż w innych krajach: w populacji mężczyzn przewyższa średnią innych krajów Unii Europejskiej aż o 50% (Wojtyniak, Goryński 2008).

Zwrócenie uwagi na „srebrną falę” nie oznacza, że to jedynie osoby w okresie dorosłości i późnej dorosłości narażone są na obciążenia i kryzysy psychiczne. Europejski Pakt na rzecz Zdrowia i Dobrosta-



poprzez wsparcie społeczne), a te czynniki uznano jako istotne w diagnozie zdrowia i choroby. Takie podejście prezentuje upowszechniania przez Światową Organizację Zdrowia i zalecana ze względów praktycznych klasyfikacja funkcjonalna ICF (Międzynarodowa Klasyfikacja Funkcjonowania, Niepełnosprawności i Zdrowia, WHO, 2001). Dwie osoby z takim samym rozpoznaniem mogą bowiem funkcjonować w zupełnie inny sposób. Sama nazwa choroby nie pozwala przewidywać, jaki jest potencjał w radzeniu sobie w sytuacjach życiowych oraz jaki jest faktyczny poziom przystosowania dwóch osób z tą samą jednostką nozologiczną. WHO zaleca zatem obecnie uzupełnienie diagnozy choroby (klasyfikacja wg katalogu chorób ICD czy DSM) indywidual-

garszających się warunków życia w kontekście określonych tendencji społeczno-demograficznych, z drugiej strony globalny charakter problemów kształtujących jakość naszego życia. Warto zwrócić uwagę na dwie wielkie fale zagrożeń dla zdrowia psychicznego: „czarna fala” zaburzeń depresyjnych, powiązanych z kryzysem ekonomicznym, narastającym bezrobociem, kapitalizacją człowieka i zawrotnym tempem współczesnego życia, które nie pozwala na regenerację zbyt intensywnie eksploatowanych zasobów psychicznych; „srebrną falę” związaną z narastającą skalą zaburzeń psychicznych wieku senioralnego, związanych z wydłużaniem się ludzkiego życia (por. Podgórska-Jachnik, Pietras 2014). Fala depresji znajduje również swoje wymowne potwier-

nu Psychicznego (Bruksela, 2008) wskazuje także potrzebę szczególnej ochrony zdrowia psychicznego uczącej się młodzieży oraz ochronę zdrowia psychicznego w miejscu pracy. Oznacza to, że środowisko zawodowe i środowisko nauki uznaje się za szczególnie stresogenne. Narzucają one wymagania osiągnięć, są miejscem oceniania, rywalizacji, przysłowiowego „wyścigu szczurów”. W przypadku studiów dochodzą do tego zaprzeczające higienie psychicznej kumulacje sprawdzania wiedzy w formie sesji egzaminacyjnych – okresu ogromnych obciążeń psychicznych tak dla studentów, jak i wykładowców. Niechlubną sławę zdobyło też sobie w środowiskach nauki i pracy pojęcie mobbingu czy bliskie mu znaczeniowo pojęcie bullingu – obydwa odnoszące

się do intencjonalnego nękania, przemocy psychicznej, psychicznego molestowania. Do tego samo przejście z okresu młodzieńczego do dorosłości – jak każdy życiowy przełom - to czynnik podwyższonego ryzyka dla ludzkiej psychiki.

Skutki tak nagromadzonych obciążeń mogą być bardzo poważne. Wiele już na ten temat wiemy, ciągle brakuje jednak pełnych badań dotyczących kondycji zdrowia psychicznego w Polsce. Pewne światło rzucają dane opisujące całą zbiorowość Polaków (por. symptomy depresji u Polaków w kontynuowanej do dziś od 1996 roku „Diagnozie Społecznej” – projekcie badawczym zespołu skoncentrowanego wokół prof. Czapińskiego), populację młodych dorosłych (ok. 20-29 lat) lub pojedyncze doniesienia dotyczące nielicznych grup studentów. Istnieje duże prawdopodobieństwo, że studenci w znacznej części charakteryzują się innymi właściwościami, niż ogół młodych dorosłych (m.in. wyższy status ekonomiczny, wyższy poziom wykształcenia, przystosowania społecznego, inteligencji, niższy wskaźnik zatrudnienia). Nie można więc przenosić bezrefleksyjnie na tę populację bardziej ogólnych statystyk lub badań wycinkowych. Zatem szczególnie cenne są każde z nadal nielicznych opracowań opartych na reprezentatywnej próbie, z analizą rzetelnie przeprowadzonych badań diagnozujących występowanie zaburzeń psychicznych, w rozumieniu zdefiniowanym wcześniej.

Projekt EZOP

Wartościowym źródłem informacji dotyczących zagadnienia jest „Epidemiologia zaburzeń psychiatrycznych i dostęp do psychiatrycznej opieki zdrowotnej - EZOP Polska” opracowany i ogłoszony przez Instytut Psychiatrii i Neurologii w Warszawie (2012), stanowiący opis wyników badań z udziałem ponad 10 tysięcy uczestników w wieku 18–64 lat, badanych w latach 2010-2011 za pomocą polskiej adaptacji komputerowej narzędzia WHO, tzw. Złożonego Międzynarodowego Kwestionariusza Diagnostycznego WHO (CIDI ver. 3.0) (zob. Raport. www.ezop.edu.pl. Charakterystyka rozpowszechnienia zaburzeń psychicznych w Polsce na podstawie badania EZOP). Warto wspomnieć, że niniejszy Raport stanowi pierwszą w Polsce analizę stanu zdrowia psychicznego mieszkańców naszego kraju. Dla celów tego artykułu przedstawiono w tabeli wybrane z Raportu wyniki analiz. Przeliczono występowanie procentowe danego zaburzenia psychicznego wśród osób w wieku 20-29 lat oraz wśród studentów, w odniesieniu do całej przedstawionej w Raporcie EZOP populacji osób w wieku produkcyjnym.

Tabela. Szacowana częstość wyrażona w procentach (%) występowania kiedykolwiek w życiu, wybranych zaburzeń psychicznych wśród studentów i osób w wieku 18-29 lat na tle populacji dorosłych Polaków w wieku 18-65 lat, badanych w projekcie EZOP (2012)

	Epizod depresyjny	Dystymia	Mania	Lęk napadowy	Fobie specyficzne	Zaburzenia alkoholowe	Zaburzenia osobowości, schizofrenia i inne zaburzenia psychotyczne
Studenci	K: 1,5 M: 1,0 Og: 1,3	K: brak (0) M: 0,3 Og: 0,1	K: 0,9 M: 0,3 Og: 0,5	Brak (0)	K: 6,1 M: 3,8 Og: 5,8	K: 3,1 M: 8,9 Og: 5,8	Nie badano
Osoby w wieku 18-29 lat	K: 2,6 M: 1,7 Og: 2,1	Og: 0,4	K: 0,6 M: 0,4 Og: 0,5	K: 5,7 M: 2,9 Og: 4,3	K: 5,3 M: 3,4 Og: 4,3	K: 3,3 M: 13,3 Og: 8,3	
Ogółem	K: 4,0 M: 1,9 Og: 3,0	K: 0,4 M: 0,8 Og: 0,6	K: 0,3 M: 0,5 Og: 0,4	K: 8,4 M: 3,9 Og: 6,2	K: 5,7 M: 2,9 Og: 4,3	K: 3,4 M: 20,5 Og: 11,9	

K- kobiety M-mężczyźni Og-ogółem

Źródło: opracowanie własne na podstawie EZOP (2012)

Wnioski

Wyniki opracowania sugerują, że częstość występowania poszczególnych zaburzeń psychicznych wśród studentów jest stosunkowo niewielka, biorąc pod uwagę wyniki innych badań. Z drugiej strony, częstość zaburzeń u badanych studentów odzwierciedla ich nasilenie określone dla młodych dorosłych oraz całej grupy badanej. Oznacza to, że bez względu na konkretne wartości, występowanie tych zaburzeń zostało ocenione jako podobne do zaobserwowanego w całej populacji.

Warto zwrócić uwagę, że dane uzyskane w raporcie EZOP, mimo zachowania wysokich standardów przeprowadzanych procedur oraz ich imponującej skali, zdają się różnić znacząco od wielu innych światowych raportów. Według przykładowych źródeł szacuje się np. występowanie w ciągu całego życia depresji u ok. 17% populacji (7% w ostatnim roku), schizofrenii u 4,5/1000 osób, fobii specyficznej u 12% (7% w ostatnim roku), zespołu uzależnienia od alkoholu u 13% (3% w ostatnim roku) (Kantorska-Janiec i in, 2009, *Psychiatria Polska* 43(4): 375-385; Tandon i in, 2008, *Schizophrenia Research*, 102:1-18).

Można uczciwie przyznać, że wciąż brakuje w pełni przekonujących danych dotyczących występowania zaburzeń psychicznych w populacji studentów w Polsce. Co jakiś czas pojawiają się doniesienia o badaniach przeprowadzonych w niektórych środowiskach akademickich – badania takie prowadzono np. w Płocku, Krakowie, Wrocławiu. Próby nie były jednak reprezentatywne dla całego kraju – czasem trudno je uogólniać poza wybraną lub wybrane uczelnie. Trudno też o porównywalność narzędzi badawczych. Uzyskanie rzetelnych wyników okazuje się być niezwykle problematyczne.

Wymowny jest jednak wniosek z raportu EZOP, który być może niedoszacowując występowania np. depresji u młodych osób, szczególnie u kobiet (przypuszczalnie wśród połowy osób, która odmówiła udziału w badaniu mogło znaleźć się więcej przypadków z zaburzeniami nastroju, niż wśród respondentów), zwraca uwagę na fakt, że aż 25% przebadanych Polaków doznało w życiu przynajmniej jednego zaburzenia psychicznego. Być może powinno nas to skłonić do refleksji nad negatywnym wartościowaniem osób z zaburzeniami psychicznymi. W ten sposób oceniamy zatem także – zgodnie z logiką statystyk – naszych znajomych, sąsiadów, rodzinę, nas samych.

Okres studiów nie jest wbrew pozorom mniej stresujący, niż pozostałe etapy życiowe. Typowe problemy dotyczą poszukiwania własnej drogi życiowej, wcielania się w nową rolę dorosłego, starania o uzyskanie statusu dorosłego

go w oczach rodziny. Odporność psychiczna młodego człowieka kształtuje się w oparciu o własne sukcesy, pokonywanie trudności, zdobywanie uznania, także w oczach własnych oraz akceptację ograniczeń. Tak jak nie powinno się (w pewnym sensie) nikogo oceniać, ani obarczać winą za zła panie infekcji, szczególnie w przypadku problemów psychicznych warto pamiętać, że przeważnie rozwijają się one niezależnie od nas, wynikają z reakcji organizmu na przeciążenia i nie czynią z nas „wariatów”: 25% – tych, którzy kiedykolwiek doznali zawodności swej psychiki – to przecież dość dużo... To aż co czwarty z nas... Nie nadawajmy zatem od razu dramatycznego znaczenia każdemu kryzysowi psychicznemu, chociaż nie lekceważmy problemu. Dbajmy o higienę psychiczną własną i otoczenia. Dbajmy o zdrowie psychiczne w środowisku akademickim.



Może byś tak Tomek wpadł popedałować...

10

Tomasz Olechno

Oficjalny Mistrz Polski w kolarstwie torowym osób niewidomych i słabowidzących na 200 i 1000 metrów. Na co dzień spełnia się jako masażysta, chociaż często spotkać go można w fitness klubie, a w sezonie na torze rowerowym, gdzie trenuje do kolejnych zawodów, wylewając z siebie siódme poty. Zapraszam na rozmowę z Tomaszem Olechno o pasji i wysiłku, które przyniosły sukces na medal.

Jazda na rowerze – skąd ten bakcyl?

Mam wadę wzroku i ta moja wada była kiedyś większa, co oczywiście sprawiało mi problem, ale wtedy zacząłem jeździć. Poznałem grupę przyjaciół, którzy mnie zawsze zabezpieczali kiedy jechaliśmy na jakieś wycieczki, bo mam problem z orientacją, ale gdy jadę blisko obok kogoś, to się dobrze czuję. Osoba jadąca obok mnie była pewnym punktem odniesienia. Mówiła mi „teraz w prawo, a teraz w lewo” i było ok. Zrobiłem operację oczu i w zasadzie po tym zabiegu mój wzrok się poprawił. Sam zabieg pomógł mi w tym, że dzięki okularom jest le-



piej. Teraz sobie już na tym rowerze jakoś radzę.

A jak trafił Pan do Klubu Sportowego Niewidomych „Omega”?

Wracałem sobie z treningu i pomachał mi kolega (czyli nasz prezes, który też jechał na rowerze) i mówi: „słuchaj, nie chciał-

byś jeździć? tutaj mamy zawodników...” On wtedy myślał, że ja jestem kolarzem i mogłbym jeździć z kimś niedowidzącym. Powiedziałem mu, że to właśnie ja mam taki problem i sam już ryzykuję jeżdżąc, a jeszcze brać na siebie odpowiedzialność za kogoś innego? No i on wtedy powiedział, że to jeszcze le-

piej, bo w klubie bardziej potrzebujemy zawodników niż pilotów. No i tak to się zaczęło. 6 lat temu dokładnie, pierwsze obozy, zawody.. Wciągnąłem w to Kaziu. Kaziu jest moim drugim pilotem. No i jeździliśmy w dwa-trzy tandemy. Tandem jest



takim urządzeniem, że dwóch musi chcieć tego samego. W pierwszym roku wzięliśmy udział chyba we wszystkich możliwych zawodach, ale najlepsze miejsce jakie zajęliśmy to piąte. Po dwóch latach zauważyłem, że mam predyspozycje na torze.

Piąte miejsce dla osoby dopiero co zaczynającej, to i tak nieźle, prawda?

Niby tak, tylko, że tych tandemów nie startuje 150 tylko 15, więc jak się zajmie 9 albo 10 miejsce na 15 tandemów, to tak trochę słabo. Poza tym różnorodność tych zawodników jest duża. Dajmy na to, teraz znajdziemy wśród studentów osobę, która chciałaby jeździć tandemem, to już na wiosnę wystartuje w pierwszych zawodach. I myśli Pani, że od razu zajmie dobre miejsce? No nie, musi potrenować. 2 lata, 3 lata...3 lata, zanim stanąłem na jakimś tam „pudle”, to musieliśmy potrenować.

A jak wygląda taki rower tandemowy torowy?

Rower tandemowy torowy nie ma hamulców, nie ma przerzutek. Jak się startuje na jednym biegu to na tym jednym już się cały czas jedzie. Trzeba mieć „końską siłę”, żeby ten rower rozpędzić, a potem to już się jedzie po torze. Taki tor ma do 8 metrów wysokości i jadąc

jesteśmy 8 m nad ziemią.

8 metrów?

Siła odśrodkowa i prędkość - to one pomagają utrzymać przyczepność. Tak naprawdę to jest taki kąt, że się nie powinno jeszcze spaść, ale zdarzają się takie przypadki. Jak się złapie gumę, to też się spada. Mam blizny, bo na jednym torze spadliśmy z takiej ściany, gdy złapaliśmy gumę z przodu. Wtedy sztytka (opona wyczynowa) zjeżdża, zostaje sam karbon (plecionka włókien węglowych) i zjeżdża się bez opony.

No właśnie...upadki. Często się to Panu zdarza?

Pewnie, że miewam wywrotki, ale to się kończy na siniaku czy zdartej skórze. Z tego sportu czerpię dużą satysfakcję, ona jest motorem do działania. Poświęciłem się temu sportowi i widocznie musi być jakaś nagroda. Można powiedzieć, że sport ma działanie „uboczne”, którym jest to, że jestem żywotny, trzymam formę, no i „zabijam” wolny czas. Oczywiście mógłbym siedzieć przed telewizorem i śledzić seriale albo siedzieć na fb, ale ja nie mam fb, bo nie potrzebuję i wiem, że zabiera czas.

Wcześniej wspomniał Pan, że tandem torowy nie ma hamulców.

Jak się ma ich brak do bezpieczeństwa?

Brak hamulców jest bardzo bezpieczny, ponieważ nikt nie stanie w trakcie jazdy, nie zahamuje tak, że się w niego wjedzie. Wszystkie prędkości są do siebie zbliżone. Jeżeli kogoś wyprzedzamy, to on nam może zajechać drogę i z tym musimy się liczyć, ale nie zahamuje nam tak, żebyśmy na niego wpadli. Tandem szosowy oczywiście posiada hamulce.

Z przodu siedzi pilot. Mógłby Pan krótko scharakteryzować za co taka osoba jest odpowiedzialna?

To jest ta osoba z przodu, a zawodnik to osoba siedząca z tyłu. Pilot kieruje tandemem. Jak siedzi z przodu czterokrotny medalista olimpijski oraz czternastokrotny medalista mistrzostw świata - Stefan Nimke, to z tyłu siedzi zawodnik, który też jest przez niego trenowany. Dajmy na to, że zawodnik należy do klubu x, to ma trenerów z tego samego klubu. Tak jest w Niemczech, a u nas w Polsce, jest inaczej. Gdybym nie trafił na tego pilota, z którym jeżdżę, to w ogóle nie wiedziałbym co mam robić. Pilot przygotował mnie do toru i dlatego mamy na nim jakieś osiągnięcia.

A kim jest Pana pilot?

Adam Marciniak. Były kolarz to-



rowy, aktualny mistrz Polski nie tylko w tandemach, ale też na torze jako masters. Mastersi ukończyli karierę i chcą dalej trenować. To jest już takie amatorskie, ale same zawody wyglądają identycznie, jak prawdziwe Mistrzostwa Polski, tylko jest to dla tych, którzy mają już ponad 30 lat. No i Adam jest w tej formule aktualnym mistrzem Polski, podobnie jak w zeszłym roku.

Jak wygląda taki wyścig?

Hmmm, różnie. Są różne dystanse do pokonania – 1000 m, 4000 m, ale też takie konkurencje jak eliminacje 200 metrów. Wjeżdża się na sam szczyt toru i z tego szczytu, jak jastrząb, pikuje się w dół rozpędzając się do maksymalnej prędkości. I tam jest 200 metrów, które należy w tej maksymalnej prędkości przejechać. To się nazywa 200 metrów zlotu. „Przełatuje” się te 200 metrów na maksymalnej prędkości i liczy się ten czas. My właśnie teraz na Mistrzostwach Polski zrobiliśmy czas 11:01, a rekord Polski to 10:97. To są 4 setne, ale ja już dla tych 4 setnych trenuję od września bardzo intensywnie i jeszcze nie jestem przygotowany. Kolejne mistrzostwa będą we wrześniu, ale zostało jeszcze dużo treningu. Trening trwa 2,5 godziny.

Z tego co Pan mówi wnioskuję, że wiąże się to z wieloma wyrzeczeniami

W pewien sposób tak. Aby się przygotować do mistrzostw, to w roku 2015 zrezygnowałem nawet z urlopu, bo kiedyś przed zawodami pojechałem na urlop do kuzyna, który mieszka w Hamburgu. Byłem tam dwa tygodnie, a do domu wróciłem miesiąc przed zawodami. Miałem mało czasu na to, żeby się przygotować i podczas tego pobytu powstała „dziura”. Niby zabrałem pedały, siodełko, pożyczyłem od kuzyna rower i parę razy się przejechałem, ale to nie to samo. Rowery torowe muszą być bardzo

sztywne, a poza tym nie miałem gdzie jeździć w Hamburgu. Wyszedłem do parku i zacząłem się rozpędzać, ale jadąc 55km/h było dość niebezpiecznie. Gdy widziałem krzaki, to zacząłem zwalniać, bo np. dziecko mogłoby wyskoczyć. 55km/h to prędkość przy której się robi crash testy, a my na tandemie rozpędzamy się do 67 km/h.

Czy są jakieś wymagania fizyczne, które zawodnik powinien spełniać?

Większość zawodników to osoby wagi lekkiej. Chyba jestem trochę za ciężki, bo ważę 82 kg.

Co Pan robi, aby utrzymać formę? Dieta?

Oczywiście, ćwiczę na siłowni i jem to czego nie lubię (śmiech). Dzisiaj np. wolałbym wypić słodką kawę, a piję gorzką. Nie jem słodczy, za to soczewicę, pierś z kurczaka upieczoną, a nie usmażoną, codziennie kromkę chleba. Nie są to dla mnie fajne rzeczy, ale coś za coś.

Chciałby Pan coś przekazać naszym czytelnikom?

Kiedyś zrobiono badania, które wykazały, że jest ogromna przepaść wydolnościowa między osobami nietrenującymi niewidzącymi i nietrenującymi widzącymi, a pomiędzy zawodnikami widzącymi i niewidzącymi różnice są bardzo niewielkie. Mówiąc szczerze, to swoją karierę sportową zacząłem dosyć późno, ale to świadczy o tym, że w każdym wieku można coś osiągnąć i nie trzeba trenować od 6 roku życia.

Rozmawiała Agnieszka Kania

SamoDZIELNI w KULTURZE – Muzeum Miasta Łodzi



Agnieszka Kania
konsultant studencki w Biurze ds. Osób Niepełnosprawnych PŁ

11

Muzeum Miasta Łodzi wraz z Fundacją Szansa dla Niewidomych podjęło wyzwanie. Wyzwanie bardzo potrzebne – dostosowanie muzeum i wystaw do potrzeb osób niepełnosprawnych. Okazało się jednak, że nie wszystko jest takie proste, ale o tym w dalszej części artykułu.

Udogodnienia

Udogodnienia to zakładka, którą możemy znaleźć na stronie internetowej Muzeum. Myślę, że każda osoba niepełnosprawna, która jest zainteresowana odwiedzeniem muzeum, powinna dobrze prześledzić jej zawartość. Tam dowiemy się m.in. tego, co można zrobić przed wizytą, w trakcie i po niej, a możliwości jest naprawdę sporo. Od oglądania filmów, które wprowadzą nas w świat zwiedzania, po wypożyczanie rękawiczek, dzięki którym sztuka będzie w zasięgu, a w zasadzie w naszej dłoni. Na miejscu można skorzystać z pięknie wykonanych tyflografik, przez co zwiedzający mają okazję zapoznać się z elementami/eksponatami, których dotykać nie można, lub takimi, których nie jesteśmy w stanie „objąć” ręką. Zachwycona wynalazkiem tyflografik i ich wykonaniem, ruszyłam dalej z Panią Pauliną, nie spodziewając się tego, co jeszcze zobaczę.



W Politechnice Łódzkiej siła!

Moim oczom ukazała się przepiękna Sala Jadalna w iście bajkowym stylu. Sztukaterie, które mimo mnogości zdobień i detali wcale nie wydają się być przesadzone powodują, że zwiedzający może powiedzieć tylko jedno: „oooo...Wow!” Nie trzeba było długo czekać, żebyśmy wyrzuciła z sie-

bie kolejne „wow”. Pani Paulina pokazała mi miniaturę Sali, która powstała dzięki tak wspaniałemu wynalazkowi jak druk 3d. Miniatura została zaprojektowana przez doktorantkę architektury PŁ, Panią Justynę Sarę Pietrzykowską, więc prawie pękłam z dumy, co jakiś czas rzucając słowa podziwu. Uważam, że to naprawdę świetny pomysł, ponieważ makieta, mimo że mała, w porównaniu z rzeczywistym rozmiarem Sali, daje możliwość osobom niewidomym poczuć jej piękno.

W kolejnych pomieszczeniach – Salonikach Artystycznych, czekała na mnie następna niespodzianka, którą był prototyp telefonu oraz mechanizmu pozytywki, przygotowane przez studentów z naszej uczelni. Mają one umożliwić osobom niewidomym swobodne dotykanie ich bez obawy, że oryginał zostanie uszkodzony. W tym samym celu, dziewczyny z Wydziału Technologii Materiałowych i Wzornictwa Tekstyliów PŁ, uszyły przepiękne suknie oraz ko-



szule nocne wzorowane na damskiej garderobie z pierwszej dekady XX wieku.

Ekspozaty w Galerii Mistrzów Polskich, które można dotykać nie martwiąc się o to czy coś uszkodzimy, udostępnił Pan Krzysztof Musiał – jeden z największych kolekcjonerów polskiej sztuki współczesnej.

Pojawiły się schody...dosłownie

Tak jak wspomniałam we wstępie, nie wszystko jest jednak takie proste. Z racji tego, że Pałac Poznańskich, w którym Muzeum Miasta Łodzi ma swą siedzibę, objęty jest nadzorem konserwatora, należy trzymać się pewnych zasad. Główne wejście do muzeum znajduje się od strony ulicy Ogrodowej, ale niestety nie ma tam udogodnień dla osób z niepełnosprawnością ruchową. Powstał plan wykonania alternatywnego wejścia od strony Zachodniej, więc nie wszystko stracone.

Warsztaty

W związku ze zbieraniem materiału do tego artykułu, miałam przyjemność uczestniczyć w zwiedzaniu muzeum oraz warsztacie. Nasza grupa składała się z 5 osób, z czego dwie były niedowidzące, a jedna niewidoma. Pani Paulina, nasz przewodnik i prowadząca warsztat, oprowadziła nas po ekspozatach, po czym zaprosiła na zajęcia, gdzie wręczyła nam nazwy i zdjęcia roślin. Przeczytała głośno i wyraźnie to, co znajdowało się na karteczkach, a następnie rozdała pachnące bloczki, które trzeba było dopasować do zdjęć. Zadanie zostało wykonane perfekcyjnie, a w nagrodę mogliśmy przygotować sobie wiszące pachnidełko. Do swojej dyspozycji mieliśmy styropianowe kule, bibułę, krepinę oraz olejki eteryczne. Kreatywność uczestników okazała się być na najwyższym poziomie, ale moim faworytem był pachnący cukierek. Sami zobaczcie!



Fundacja Szansa dla Niewidomych

12

Monika Zaręba

Fundacja Szansa dla Niewidomych powstała w 1992 r. Jej celem jest aktywne wspieranie oraz integracja osób niepełnosprawnych, ze szczególnym uwzględnieniem osób niewidomych

i słabowidzących. Celem Fundacji oraz jej Prezesa – Marka Kalbarczyka, jest aktywizacja osób z niepełnosprawnością wzroku na różnych płaszczyznach życia: naukowej, edukacyj-

nej, kulturalnej i sportowo-rekreacyjnej. Bowiem każdy niewidomy powinien być w pełni świadomym swoich możliwości, aktywnym członkiem społeczeństwa. Ponadto promujemy i podejmujemy wszelkie działania umożliwiające rozwój osobowości, talentów i kreatywności. W Fundacji prowadzimy szereg różnorodnych działań na rzecz naszych beneficjentów. Wybieramy skuteczne środki zindywidualizowanego wsparcia w środowisku, które maksymalizuje rozwój edukacyjny i społeczny, zgodnie z celem pełnego włączenia niewidomych.

W łódzkim oddziale Fundacji Szansa dla Niewidomych staramy się wychodzić naprzeciw potrzebom osób z dysfunkcją wzroku i ich bliskich. Dzięki wieloletniemu zaangażowaniu w pracę dla tego środowiska doskonale je znamy. W związku z tym oferujemy nie tylko pomoc w doskonaleniu swoich umiejętności, ale również zachęcamy osoby niewidome

i niedowidzące do uczestniczenia w życiu kulturalnym, organizując warsztaty w łódzkich Muzeach czy zwiedzanie wystaw dostosowanych do dysfunkcji naszych

podopiecznych. Poza tym organizujemy zajęcia sportowe i rekreacyjne, udowadniając tym, że mimo niepełnosprawności, niewidomi mogą grać w kręgle, wspinać się na ściankach, czy też ścigać się samochodami.

W ciągu ostatnich dwóch lat Fundacja zorganizowała m.in. dwie edycje unikatowego wydarzenia – Międzynarodowej Konferencji REHA FOR THE BLIND IN POLAND. REHA stanowi wizytówkę Fundacji Szansa dla Niewidomych. Jest to największe tego typu spotkanie niewidomych, słabowidzących i ich przyjaciół w Europie, które odbywa się pod honorowym patronatem małżonki prezydenta Agaty Kornhauser-Dudy. Konferencja skierowana jest do szerokiego grona odbiorców krajowych i zagranicznych – niewidomych i widzących słuchaczy, ekspertów, tyflopedagogów, polityków, przedstawicieli mediów, artystów itd. Oprócz sesji merytorycznej i licznych paneli dyskusyjnych, uczest-

nicy mogą samodzielnie obejrzeć i wypróbować różnorodne sprzęty i nowinki techniczne, które prezentowane są podczas wystawy tyflorehabilitacyjnej przez wystawców z całego świata. Na naszych gości czekają także liczne atrakcje – w tym roku każdy mógł spróbować swoich sił podczas lekcji tańca lub wziąć udział w rozgrywce teni-

sa dla niewidomych na specjalnie dostosowanym boisku. Zdaniem Prezesa Fundacji, Marka Kalbarczyka, „REHA FOR THE BLIND jest naszą misją w pigułce. Jest 365 dniami skróconymi do dwóch dni spotkania”.

Fundacja realizuje liczne projekty na terenie całej Polski, m.in. „Nowocześnie zrehabilitowani niewidomi”, „VIP System+”, „Dotknij Pomorza Zachodniego - Uroki udźwiękowionych krajobrazów Pomorza Zachodniego”, „Aktywna turystyka usprawnia, kształci, integruje”, „Niewidomi za kierownicą”. Szansa dla Niewidomych organizuje także akcje społeczne, takie jak: „Tyflobus – widzieć więcej”, której celem było dotarcie do jak największej liczby osób i szerzenie wiedzy na temat dysfunkcji wzroku oraz spotkania „Wschód - Zachód”, loty szybowcem, skoki spadochronowe lub jazdy samochodem po torze wyścigowym dla osób niewidomych itd.



Rada Studentów z Niepełnosprawnością Politechniki Łódzkiej

Andrzej Jędraszek, Monika Świerska

Rada Studentów z Niepełnosprawnością to organizacja studencka zrzeszająca studentów niepełnosprawnych z Politechniki Łódzkiej, mająca na celu pomoc studentom z niepełnosprawnościami w problemach, z którymi stykają się w życiu codziennym na uczelni. Oprócz członków zwyczajnych w naszym gronie znajdują się również studenci pełniący funkcję członków wspierających. Z roku na rok, Rada Studentów z Niepełnosprawnością Politechniki Łódzkiej, rozwija się coraz prężniej. Każdego roku uczestniczymy w licznych konferencjach oraz sami organizujemy różne przedsięwzięcia. RSN aktywnie działa na terenie Uczelni, dążąc do likwidacji wszelkich barier.

Działo się

Rok 2016 rozpoczęliśmy od udziału członków Rady Studentów z Niepełnosprawnością w V Kujawsko-Pomorskim Zlocie Studentów Niepełnosprawnych w Bydgoszczy, organizowanym przez Wyższą Szkołę Gospodarki. W lutym 2016 roku rozpoczęliśmy prace organizacyjne w związku

z planowaną na kwiecień tego roku konferencją. Ustaliliśmy temat oraz wstępny ramowy plan konferencji. W dniach 11-13 marca 2016 roku członkowie Rady aktywnie uczestniczyli w IV Ogólnopolskiej Olimpiadzie Studentów Niepełnosprawnych o puchar JM Rektora Politechniki Częstochowskiej, gdzie zdobyliśmy kilka pucharów w dyscyplinach: piłkarzyki, bowling, bilard oraz dart.

Najważniejszym przedsięwzięciem, jakie zorganizowaliśmy w roku 2016, było II Ogólnopolskie Forum Studentów z Niepełnosprawnościami. Odbędzie się ono w dniach 15-17 kwietnia. Tematem

konferencji były „Prawa Studentów z Niepełnosprawnością”. Konferencja ta przyciągnęła uwagę licznej grupy studentów niepełnosprawnych z różnych uczelni wyższych w Polsce. Wydarzenie to zorganizowaliśmy we współpracy z Uniwersytetem Łódzkim oraz Uniwersytetem Medycznym w Łodzi. Jako miejsce prelekcji wybraliśmy nowopowstałą Fabrykę Inżynierów na kampusie A Politechniki Łódzkiej. Podczas konferencji zorganizowaliśmy atrakcję dla uczestników w postaci wycieczki szlakiem murali. Dobrą zabawę zapewniliśmy także podczas imprez integracyjnych.



W ramach nagrody, za aktywne uczestnictwo w organizacji konferencji w dniach 6-8 maja 2016 roku, odbył się wyjazd integracyjny członków RSN. Podczas weekendu uczestniczyliśmy w spływie kajakowym, zorganizowanym we współpracy z MOSiRem w Sieradzu. Wspólnie spędzaliśmy czas w blasku żarzącego się ogniska, poruszając sprawy z codziennego życia, szukając wsparcia wśród przyjaciół.

Kolejnymi konferencjami, w których uczestniczyli członkowie RSN, były: XIII Ogólnopolskie Spotkanie Studentów Niepełnosprawnych w Krakowie w dniach 1-3 lipca, II Ogólnopolskie Forum Przedsiębiorczości Studentów z Niepełnosprawnościami w Katowicach w dniach 14-16 października, a także V Ogólnopolska Konferencja Osób Niepełnosprawnych w Częstochowie w dniach 9-11 grudnia.

Osiągnięciem, którym możemy się pochwalić, była inicjatywa założenia Polskiego Stowarzyszenia Studentów i Absolwentów z Niepełnosprawnościami. W dniu 9 listopada 2016 roku członek naszej Rady - Filip Loba, wziął udział w konferencji organizowanej przez Uniwersytet Medyczny w Łodzi pt. „Niepełnosprawni na ryku pracy”, podczas której wygłosił przemówienie na temat: „Wielki projekt - Polskie Stowarzyszenie Studentów i Absolwentów z Niepełnosprawnościami”. Filip Loba jest jednym z założycieli oraz zasiada w zarządzie tego Stowarzyszenia.

Nowy zarząd

Zmiany jakie przyniósł nam rok 2016 to również wybór nowego zarządu Rady Studentów z Niepełnosprawnością PŁ. Walne Zgromadzenie odbyło się 10 listopada, podczas którego w trybie głosowania tajnego Przewodniczącym został Andrzej Jędraszek, Zastępcą Przewodniczącego – Dennis Brzeski, Skarbnikiem - Michał Kaźmierski oraz Sekretarzem i Prawą Ręką Przewodniczącego – Monika Świerska. Nowy Zarząd od razu zaczął działania zmierzające do pozyskania nowych członków, organizując spotkanie promocyjne, połączone z degustacją ciast zrobionych przez członków RSN. Ponadto zostały podjęte działania mające na celu organizację III Ogólnopolskiego Forum Studentów z Niepełnosprawnościami. Forum to odbędzie się w dniach 24-26 marca 2017 roku. Tematem konferencji będzie: „Zdobytaj cele – możliwości masz wiele”. Na chwilę obecną mamy wstępnie potwierdzone uczestnictwo w prelekcjach kilku interesujących gości oraz zaplanowaną atrakcję, ale... niech pozostanie to tajemnicą.

Jak co roku, zorganizowaliśmy również roczne spotkanie podsumowujące dla Rady, na które zostali zaproszeni studenci niepełnosprawni spoza Rady oraz Władze Uczelni i wydziałowi koordynatorzy ds.

osób niepełnosprawnych. Spotkanie w świątecznym nastroju było okazją do rozmowy o poprawie życia studentów z niepełnosprawnościami oraz o likwidacji nadal istniejących problemów w infrastrukturze na uczelni.

W roku 2016 Rada przyjęła w swój poczet 8 nowych członków, a 3 następnych czeka na rozpatrzenie podania o przyjęcie. Działalność Rady z pewnością zaowocowała poprawą wizerunku studentów niepełnosprawnych na Politechnice Łódzkiej. Do najważniejszych osiągnięć Rady w tym roku można zaliczyć całkiem udaną współpracę ze studentami niepełnosprawnymi z Uniwersytetu Łódzkiego, promocję Rady Studentów z Niepełnosprawnością na arenie ogólnopolskiej oraz na terenie Uczelni. Ponadto możemy pochwalić się aktywnym wsparciem projektu Biura ds. Osób Niepełnosprawnych Politechniki Łódzkiej, pisząc kolejne artykuły do czasopisma „Akademicki Informator Osób Niepełnosprawnych” (AION).

Korzystając z okazji chcielibyśmy zachęcić wszystkich studentów, zarówno niepełnosprawnych, jak i naszych pełnosprawnych kolegów, do zaangażowania się w działalność Rady Studentów z Niepełnosprawnością PŁ.



Osoba niepełnosprawna w mediach – człowiek sukcesu czy ofiara losu?

Katarzyna Maria Król

14

Osoby z różnym stopniem niepełnosprawności stanowią około 13% polskiego społeczeństwa. Powstaje pytanie – jaki procent Polaków ma bezpośredni kontakt z osobami niepełnosprawnymi? Badania wskazują, że niewielki, a wiedzę o osobach niepełnosprawnych najczęściej uzyskują z mediów. 70% Polaków po zakończeniu edukacji całą swoją wiedzę o otaczającym świecie czerpie wyłącznie z telewizji. Jaki otrzymują wizerunek osoby niepełnosprawnej? Czarno – biały, czy uwzględniający różne kolory, odcienie, niuanse? Czy nowy dyskurs publiczny przyczynia się do wyjścia osób niepełnosprawnych ze „społecznego cienia” i zaprezentowania jako pełnoprawnych, choć odmiennych partnerów społecznej interakcji?

Jeden z najbardziej znanych filozofów dialogu, Martin Buber, powiedział, że fundamentalnym faktem egzystencji ludzkiej nie jest człowiek sam w sobie, lecz człowiek z drugim człowiekiem. Prawdziwy dialog wymaga akceptacji inności. Każda osoba, niepełnosprawna czy sprawna, odbiera otoczenie i buduje z nim relacje w swój indywidualny sposób. Jednym z ważnych elementów integracji społecznej osób niepełnosprawnych jest jej wizerunek w oczach społeczeństwa i wynikające stąd konsekwencje w funkcjonowaniu społecznym.



Wizerunek

Media, ze względu na masowe oddziaływanie, mają pierwszoplanowe znaczenie w tworzeniu wizerunku osoby niepełnosprawnej. Język multimediów zwykle nie jest skomplikowany, przez co jest zrozumiały dla większości odbiorców. To prowadzi do globalizacji informacji i upowszechniania określonych wzorców kulturowych.

Ludzie pełnosprawni w kontaktach z niepełnosprawnymi są najczęściej niepewni, nie wiedzą jak ich zachowanie zostanie odebrane i z jaką spotka się reakcją.

Kontakt codzienny jest niewielki, a czasami żaden. Jak donosi raport z badań OBOP, 62% dorosłych Polaków nie ma w ogóle kontaktów z osobami niepełnosprawnymi ani w swoim bliższym, ani dalszym otoczeniu. Przeciętny człowiek nie wie jak się zachować, jak pomóc i jak rozmawiać. Są tworzone poradniki *savoir-vivre'u* wobec osób z różnymi niepełnosprawnościami, ale czy czytają je osoby pełnosprawne?

W postawach osób pełnosprawnych wobec osób niepełnosprawnych ujawniają się stereotypowe sądy, opinie. Jesteśmy MY i są ONI, którzy wymagają z pewnością specjalnego traktowania. Takie są przekonania, wdrukowane kalki postępowania. Często osoby pełnosprawne nie chcą wyjść poza, w ich mniemaniu, obowiązujący stereotyp, obiegowe sądy. Boją się osobistych relacji, wolą nie angażować się, nie trudzić poznawaniem rzeczywistości. Zastanówmy się więc co zrobić, jak ukierunkować dialog z Innym, aby go akceptować, rozumieć i wspierać. Jakie podjąć działania, aby wizerunek osoby niepełnosprawnej był obrazem konkretnej osoby, a nie obrazem tylko jej dysfunkcji. W jakim zakresie pomocne mogą być mass media?

Niewątpliwym wydaje się, że w kształtowaniu rzeczywistego wizerunku osoby niepełnosprawnej, niebagatelną rolę do spełnienia mają właśnie współczesne media. Mogą bowiem pokazać adekwatny obraz osoby niepełnosprawnej w różnych kontekstach naszego życia, przekazać wiedzę, łamać stereotypy. Jak się wydaje wniosek jest jeden: ponieważ głównie środki masowego przekazu kształtują określony wizerunek osoby niepełnosprawnej, dlatego tak istotne jest, w jaki sposób podchodzą one do problemu niepełnosprawności.

Media bardzo często kreują wizerunek osób niepełnospraw-

nych na dwa skrajne sposoby. Albo jako bohaterów, albo osoby, które wymagają pomocy, są bezradne i uzależnione od innych. Ma to wzbudzić albo podziw, zdziwienie, albo wyzwolić odruch pomocy bazujący na współczuciu



i litości. Osoby niepełnosprawne w mediach najczęściej ukazywane są w programach interwencyjnych, filmach dokumentalnych, a rzadko w filmach fabularnych, lub z okazji zawodów czy igrzysk paraolimpijskich. Rozpowszechnianie wizerunku osób niepełnosprawnych, który podkreśla tylko ich dysfunkcje, a tym samym powielane schematy rodzi sprzeczne wyobrażenia. Audycji, artykułów o życiu osób niepełnosprawnych jest niewiele, a te publikowane ukazują je najczęściej z perspektywy problemów, nieszczęść i barier. Utwierdza to w widzach przekonanie o bezradności osób z dysfunkcjami. Media przedstawiając niepełno-

sprawnych koncentrują się na ich dysfunkcji, a nie na osiągnięciach. Tymczasem brakuje opisu przeciętnej osoby niepełnosprawnej. Ważne, by obraz był prawdziwy, a nie lukrowany, ale także by nie pokazywał osoby niepełnosprawnej jako roszczeniowej i biernej. Istotne jest przedstawianie ludzi z dysfunkcjami jako obywateli pełnoprawnych, bowiem środki masowego przekazu, jak wiadomo, w dużym stopniu kreują opinię publiczną. Polska Rada Etyki Mediów zauważyła, że „trzeba pokazywać tych ludzi w normalnych sytuacjach społecznych, akcentować ich ludzkie możliwości jako obywateli mających równe prawa, choć nierówne szanse”. Niezwykle istotny staje się więc sposób w jaki osoby z różnym rodzajem niepełnosprawności prezentowane są przez media - pobieżnie potraktowany temat, nieumiejętnie dobrane słowa czy nie zrozumiałe zdjęcia mogą prowadzić do niewłaściwego postrzegania osób niepełnosprawnych

Tworzenie wizerunku osoby niepełnosprawnej tylko w oparciu o atrybuty jej przypisywane, może wzbudzać negatywne postawy, emocje, zachowania. Należy więc podejmować kompleksowe i wielostronne działania na rzecz kształtowania właściwego wizerunku osoby niepełnosprawnej, która winna być traktowana podmiotowo. Mass media kształtując opinię publiczną, wpływając na obraz rzeczywistości, kreując wizerunek osób niepełnosprawnych mają niebagatelną wpływ na zmiany postaw społecznych wobec osób niepełnosprawnych. Są medium pomagającym w zidentyfikowaniu i ukazaniu niektórych mechanizmów wykluczających osoby niepełnosprawne z głównego nurtu życia społecznego.

Stoi na stacji lokomotywa... Test dostępności Dworca Łódź Fabryczna

15

Od 11 grudnia 2016 r. łodzianie mogą cieszyć się oddanym (w końcu) do użytku dworcem kolejowym „Łódź Fabryczna”. Ze względu na to, że jego budowa przysporzyła niemało emocji, a po modernizacji stał się jednym z najnowocześniejszych i 3 pod względem wielkości w Europie, zdecydowaliśmy się przeprowadzić test dostępności. Oto co mają do przekazania nasi studenci...



Jakub Klimczak

Dzień, który wybrałem nie okazał się łaskawy pod względem pogody (śnieg i mróz – zima w pełnej okazałości), niemniej była to okazja do sprawdzenia jak radzą sobie służby porządkowe na miejscu. I okazało się, że nie jest najgorzej. Chodniki były całkowicie lub przynajmniej częściowo odśnieżone. Dochodząc z północnej strony ulicy Kilińskiego już z daleka w oczy rzuca się ogromna połącz o charakterystycznym kształcie. W tle widoczny jest modernistyczny budynek zabytkowej EC1 – śmiało można powiedzieć już symbolu Łodzi. Dla tych, którzy nie mogą cieszyć się sprawnym wzrokiem, zainstalowano oznaczenia poziome – płyty prowadzące, a także w miejscach szczególnych jak np. przy przejściach dla pieszych – płyty ostrzegawcze. Ma to znaczenie, ponieważ po drodze mija się kompleksowy węzeł komunikacyjny, z którego podróźni mogą udać się w dowolną część Łodzi. Na placu, bezpośrednio przed wejściem głównym, zrezygnowano ze znanego w innych częściach miasta koloru żółtego na rzecz szarego, który komponuje się z otaczającą nawierzchnią.

W przyszłości, idąc tą drogą będziemy mijali Bramę Miasta. Z założenia ma to być jeden z najważniejszych budynków w okolicy, który swoją architekturą będzie zwracał uwagę wszystkich przechodniów. Świadczyć może o tym chociażby śmiała koncepcja zaprojektowana przez pochodzącego z Łodzi Daniela Libeskinda, światowej sławy architekta. Dziś już wiemy, że budynek w takiej formie nie powstanie. I chociaż nowy inwestor ma już swoją koncepcję i nawet rozpoczął już roboty budowlane, to nie zdradził jeszcze jak ma wyglądać City Gate Łódź.

Wracając jednak do czasów obecnych, gdzie nie w przyszłości, ale już teraz mam do dyspozycji całą, wielką halę dworcową, niespiesznym krokiem podążam przed siebie. W oczy rzuca się rząd tablic, na których wielkimi literami wyświetlają się aktualne przyjazdy i odjazdy. Nie sposób przeoczyć interesującego nas połączenia.

Podobne tablice, jednak już mniejsze, znajdują się także przy każdym zejściu na poszczególne perony. Rozwiązanie bardzo przydatne, o czym wie każdy, kto w dużym pośpiechu szukał właściwego pociągu. Droga w podziemia oczywiście jest bardzo komfortowa. Trzy poziomy dworce są połączone 24 schodami ruchomymi oraz 14 windami.

Ostatni element, który przyznam szczerze mnie zaskoczył, to komunikaty głosowe. Po charakterystycznym sygnale spodziewałem się zapowiedzi, z której da się wyłowić dwa pierwsze słowa, zanim głos zacznie odbijać się od ścian szerokim echem, czyniąc ją niemal całkowicie niezrozumiałą. Właśnie tak odbieram to na wszystkich dworcach, jakie zdarza mi się odwiedzić. Nic takiego nie miało tutaj miejsca. Ogłoszenie było głośne i wyraźne. Jak widać, rozmieszczenie głośników oraz sama akustyka pomieszczenia została starannie przemyślana. Zmierzając już ku wyjściu, miły, kobiecy głos, bardzo zrozumiale oznajmił, że najbliższy pociąg „przyjedzie z opóźnieniem 57 minut” oraz „opóźnienie może ulec zmianie”.

Można powiedzieć, że mimo ogromu wiedzy, pracy i pieniędzy, jakie zostały włożone w to miejsce, niektóre rzeczy się nie zmieniły. Czas przejazdu między Łodzią, a stolicą jest niewiele krótszy niż przedwojennej Luxtorpedy, a obiecana niecała godzina podróży ciągle jest odwlekana. Niemniej zawsze to milej oczekiwać na połączenie w nowoczesnym, wręcz futurystycznym dworcu.



Katarzyna Kufel

Budowa Dworca Fabrycznego trwała aż 5 lat. W dniu jego otwarcia na miejsce przybyło kilkaset osób, żeby zobaczyć „nowe чудо” inżynierii. Ja nie jestem zwolenniczką tłumów, więc wybrałam nieco spokojniejszy dzień na zwiedzanie. Był to słoneczny, ale mroźny poranek. Kiedy po modernizacji po raz pierwszy zobaczyłam dworzec, przyznaję, że zrobił na mnie ogromne wrażenie! Uważam, że stał się wizytówką naszego miasta. Po remoncie wygląda pięknie. Budynek jest schludny i pachnie nowoczesnością. Chodniki są odśnieżone i posypane piaskiem, by się nie poślizgnąć. Widać, że personel dba o porządek i bezpieczeństwo odwiedzających. Na dworcu jest ciepło i przyjemnie, co jest miłym zaskoczeniem, bo na dworcach, gdzie bywałam przeważnie było zimno. W środku są małe knajpki, gdzie można na szybko coś przekąsić lub napić się czegoś ciepłego. W nowoczesną bryłę zostały zmyślnie wkomponowane elementy dawnego budynku dworca. Perony znajdują się pod ziemią. Można tam zjechać ruchomymi schodami lub windą. Windy są dostosowane dla osób niepełnosprawnych. Poczekalnie oraz hale są zadaszone i przeszklone. Komunikaty głosowe, które informują o najbliższym pociągu są bardzo wyraźne i głośne. Będąc w różnych miejscach na dworcu doskonale słysząc wszystkie informacje podawane przez głośnik, a to moim zdaniem największa zaleta dworca. W budynku



jest bezpiecznie. Co jakiś czas można spotkać dwuosobowe patrole ochroniarskie, które pilnują porządku. Panie sprzedające bilety są bardzo sympatyczne i udzielają wszystkich informacji dotyczących przjazdów bądź odjazdów. Nie miałam żadnych problemów z usłyszeniem, co Pani do mnie mówi. Jedyne zastrzeżenia, jakie mam to utrudnienia w komunikacji miejskiej i problem ze znalezieniem miejsca do zaparkowania samochodu.

Uważam, że dworzec jest świetną inwestycją i mam nadzieję, że stanie się symbolem Łodzi. Będzie przyciągać nowych turystów, a łodzianie będą o nim opowiadać z dumą.



Adrian Peliszko

Póki co prace trwają, a początek już mamy w postaci rzekomo najnowocześniejszego dworca w Polsce i jednego z największych i najnowocześniejszych w Europie. Piszę „rzekomo najnowocześniejszego”, ponieważ w dalszej części artykułu postaram się udowodnić, że około 1,7 miliarda złotych, jakie pochłonęła ta inwestycja, nie do końca sprawiły, że dworzec posiada wybitnie nowoczesne rozwiązania dostępności dla potrzeb osób z niepełnosprawnością.

Ostatecznie zamknięcie starego dworca nastąpiło w połowie października 2011 roku, dając jednocześnie zielone światło do wyburzenia starego budynku, wraz z towarzyszącą infrastrukturą i kopania ogromnej dziury pod nową inwestycję.

Pierwotnie zakładano, że dworzec przyjmie pierwszych pasażerów w marcu 2015 roku, ale ze względu na pojawiające się trudności z niezidentyfikowaną soczewką, czy brakiem porozumienia na wywłaszczenie jednej z firm, oddanie inwestycji opóźniło się o ponad półtora roku.

Nowa Era

Ostatecznie dworzec otwarto 11 grudnia 2016 roku, tym samym rozpoczynając nową erę w dziejach transportu pasażerskiego w Łodzi.

W tym ważnym dla naszego miasta momencie nie mogło zabraknąć oficjeli oraz zwykłych obywateli, którzy z dumą wypowiadali się o nowym dworcu. Faktycznie, sama stacja robi ogromnie pozytywne wrażenie. Olbrzymi, wręcz monumentalny budynek, schowany pod ziemią, bardzo nowoczesny, z detalami, które zostały przeniesione ze starego dworca w celu przypomnienia o historii tego miejsca.

Na dworcu miałem okazję być już (albo dopiero) dwa razy, za każdym razem przyglądając się rozwiązaniom, które miały pomóc osobom z różnymi niepełnosprawnościami bezpiecznie przemieszczać się na dworcu. Skoro na inwestycję wydaje się 1,7 miliarda złotych, to mamy prawo oczekiwać rozwiązań z najwyższej półki i przy tym bardzo funkcjonalnych, prawda?

O ile za pierwszym razem byłem zachłyśnięty nowym dworcem i przez to nie zwróciłem uwagi na szereg rozwiązań, to drugi raz pozwolił mi bliżej przyjrzeć się dostępności w bardziej krytyczny sposób.

Niestety okazało się, że coś, co jest ładne, nowoczesne, nie zawsze jest przyjazne dla osób z różnymi dysfunkcjami.

Zacznę od tego, że o wyglądzie dworca i pewnych dostosowaniach, rozmawiałem już na etapie budowania ścian szczelinowych, czyli wtedy, kiedy dworzec był w tzw. powijakach.

Wówczas urzędnicy nie potrafili mi zbyt dużo powiedzieć, bo pewnie sami niewiele lepiej wiedzieli, jak to będzie wyglądać. Dostałem zapewnienie od jednego z urzędników (na potrzeby artykułu nazwiska nie wymienię), że będzie tam wszystko. Próbowałem drążyć kwestię, co to znaczy „wszystko”, jednak w dalszym



ciągu satysfakcjonującej odpowiedzi nie otrzymałem.

Połączyłem siły z jedną z łódzkich fundacji i razem przygotowaliśmy pismo, które zostało wysłane do różnych przedstawicieli partycypujących w budowie i kosztach, ale i tym razem dostaliśmy wyłącznie ogólne założenia. Szkoda, że nie dane nam było uczestniczyć w audycie dworca i skontrolować jego dostępności, bo można było na etapie budowy wprowadzić kilka rozwiązań, które podniosłyby jego funkcjonalność

Koniec teoretycznych rozważań, pora przejść do konkretów

Na dworzec wchodziłem wejściem od przystanków tramwajowych, które znajdują się wzdłuż starej ul. Składowej, między POW a Kilińskiego, funkcjonalnie podobnych do Piotrkowskiej Centrum. Do dworca schodzi się po równi pochyłej, na której zostały ułożone prowadnice dla osób niewidomych. Na samym dworcu jest też sporo różnych nachyleń, które ułatwiają poruszanie się osobom z niepełnosprawnością ruchową. Pierwszy problem, na jaki natrafiłem, to brak wypukłego planu dworca, z którego niewidomy mógłby się dowiedzieć, gdzie obecnie się znajduje i jak wygląda jego topografia. Przy okazji, gdyby oznaczyć plan różnymi kolorami, to mógłby on służyć jako informacja dla osób widzących. Za to nie brakuje informacji graficznej, tak bardzo niedostępnej dla osób z dysfunkcją wzroku.

Kolejny mankament na jaki zwróciłem uwagę, to brak informacji w braillu przy zejściach na perony, na jaki peron obecnie zjeżdżamy. Podobno windy są poznaczane pismem punktowym, ale na zewnątrz nie mogłem odnaleźć informacji, na jakim poziomie się znajduje.

Na terenie dworca ustawiono wiele słupków z przyciskami do wzywania pomocy, czy obsługi dworca. Znajdują się one zarówno na peronach 16 m pod ziemią, jak i na poziomie -8 m w części komercyjnej. Niestety, na żadnym słupku, przy żadnym przycisku, nie ma brajlowskiego oznaczenia do czego przycisk ten służy. Ponadto wysokość, na której są umieszczone, każe wątpić w to, czy osoba na wózku będzie mogła go dosięgnąć i w miarę potrzeby wezwać pomoc. Ktoś uzna, że się czepiam i po części będzie miał rację, bo staram się działać zapobiegawczo i w przypadku zagrożenia pożarowego, osoba stojąca najbliżej słupka z przyciskami, nie będzie wiedziała, który przycisk jest adekwatny do zaistniałej sytuacji.

Na pochwałę zasługuje nagłośnienie dworca, które jest dobrze słyszalne w każdej jego części. Wygłoszona informacja jest zrozumiała, w przeciwieństwie do innych łódzkich dworców, gdzie jest tragicznie.



Na perony dworca możemy się dostać ruchomymi schodami, oraz windami, przy których znajdują się ostrzeżenia guzkami, takimi samymi jak przy krawężniach peronów. Dodatkowo, przy każdym torze są prowadnice, które ułatwiają poruszanie się osobom niewidomym.

No i już na sam koniec chcę się „przyczepić” do bankomatu jednej z sieci, który znajduje się na poziomie zero od strony Kilińskiego. „Brawa” dla tej sieci oraz zarządcy dworca, że go umieścili. Nie dość, że bankomat jest nieudźwiękowiony, to pozbawiono go fizycznych przycisków, które zostały zamienione na ekran dotykowy, przez co osoba niewidoma została pozbawiona jakiegokolwiek możliwości wypłacenia pieniędzy. Rozumiem nowoczesność i wszelkie ułatwienia dla osób widzących, ale po raz kolejny zostały poszkodowane osoby niewidome. Na nieszczęście innego bankomatu nie mogłem znaleźć. Ogromną wadą jest również brak oznaczeń przy wyjściach. Na jaką ulicę się wychodzi, tego nie wiadomo. Są jedynie szczątkowe oznaczenia, że do EC1 w prawo, a na tramwaj w lewo. Sprawia to problem nawet łodzianom, którzy znają miasto jak własną kieszeń. Jednak trzeba pamiętać, że okolica zmieniła się nie do poznania, więc to co było 5, czy 6 lat temu jest nieaktualne.

Reasumując

Niewątpliwie dworzec Łódź Fabryczna jest potrzebny. Jeżeli w przeciągu zakładanego czasu powstanie tunel łączący go z dworcami Kaliskim i Żabieńcem, to będzie pełen sukces. Budowla na pewno jest bardziej przyjazna osobom z różnymi niepełnosprawnościami, jednak do pełnej satysfakcji troszkę brakuje.

Świąteczne spotkanie z BONem 16

Paulina Piotrowska



Gdy pierwsza gwiazdka za chwilę pojawi się na wieczornym niebie, gdy za oknem delikatnie prosiy śnieg, a w powietrzu czuć zapach jodeł i świerków to znak, że zbliżają się Święta. W tym szczególnym czasie spotkali się studenci, pracownicy Biura ds. Osób Niepełnosprawnych PŁ oraz wydziałowi koordynatorzy ds. studentów z niepełnosprawnościami. W zimowy wieczór, pod dachem niewielkiego budynku, zgromadziły się

tłumy ludzi. Spotkanie zaczęło się od przemówień i podziękowań. Dr hab. inż. Witold Pawłowski – prorektor ds. studenckich razem z kierownikiem BON PŁ – Joanną Sztobryn-Giercuszkiewicz życzyli nam



wesołych Świąt i dalszych sukcesów na uczelni. Po części oficjalnej, studenci przebrani za Mikołajów, rozdali gościom drobne upominki. Wszyscy mogli skorzystać z oferty cateringu, która zawierała tradycyjne polskie potrawy wigilijne. Świąteczny nastrój zapewniał także elegancki wystrój budynku BON oraz świąteczne kolędowanie, które zapewnił nam nasz student – Robert Leśnik. Był to czas na wspólne rozmowy, które trwały do późnych godzin wieczornych. Świątecznej aury nie da się wystarczająco opisać za pomocą słów, więcej treści dostarczą załączone zdjęcia.

PRAKTYCZNY PORADNIK SAVOIR-VIVRE WOBEC OSÓB
NIEPEŁNOSPRAWNYCH
cz. II

Nie decyduj
za osoby nie-
pełnospraw-
ne, co mogą,
albo czego nie
mogą robić



Co - Gdzie - Którędy

Administracja Osiedla Akademickiego PŁ

al. Politechniki 3a
tel.: 42 631 20 19, 42 631 20 27

Stołówka Studencka

Budynek Osiedla Akademickiego
al. Politechniki 3a

Biblioteka PŁ

al. Politechniki 3a,
tel.: 42 631 20 19, 42 631 20 27

Sekcja Rekrutacji PŁ

ul. Radwańska 29 (budynek A13)
tel.: 42 631 29 74, 42 631 20 92

Jak do nas trafić

Wydział Technologii Materiałowych
i Wzornictwa Tekstyliów (budynek A33)

Wydział Mechaniczny (budynek A22)

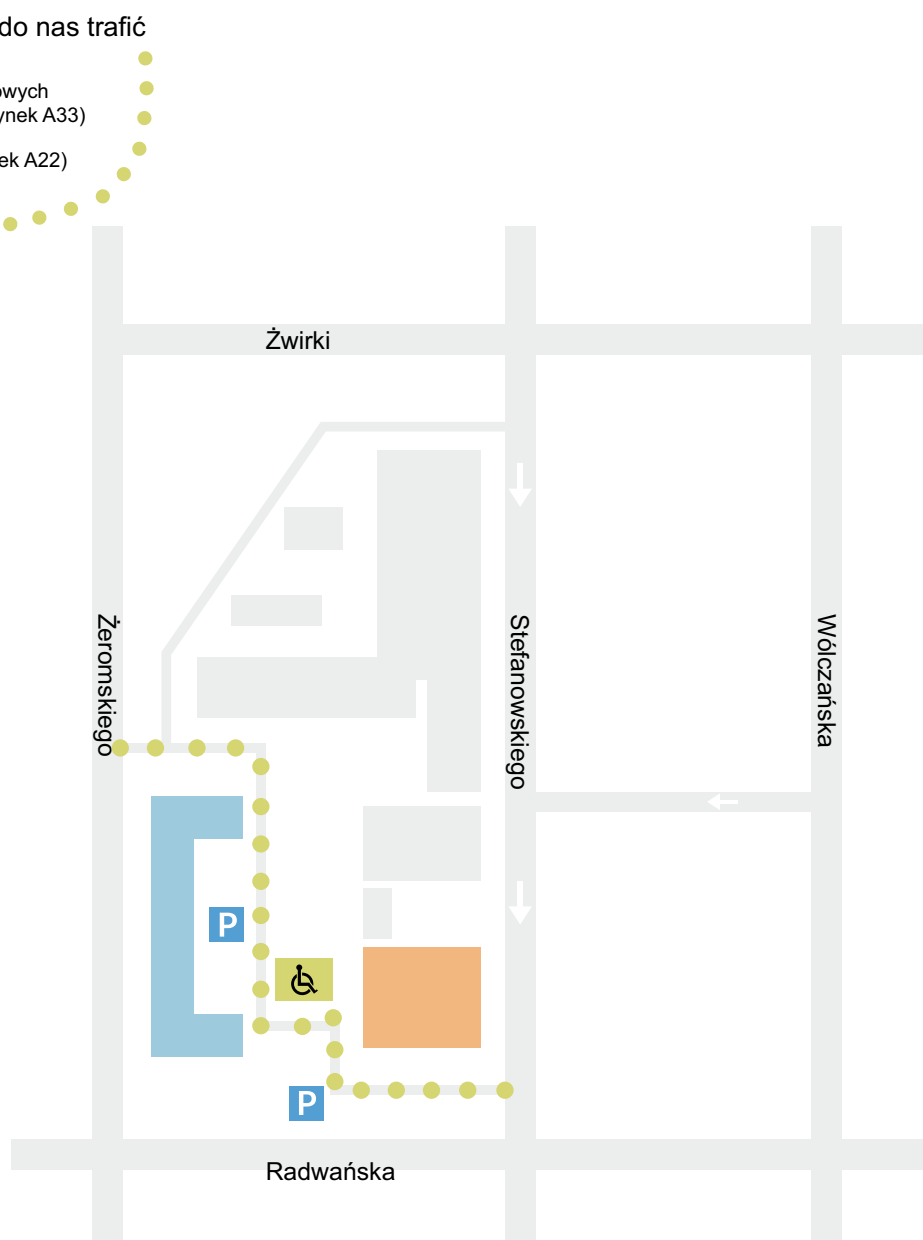
B&N (budynek A30)

Czynne:
pon-pt
8.00-15.00

Żeromskiego 116
tel.: (42) 631 28 87

Pozycja GPS

51° 45' 9,36" N
19° 27' 5,04" E



Dzieje się !

2.03.2017	Ogólnopolska konferencja naukowo-szkoleniowa „A to PSIkus – niepełnoWSPrawność a zooterapia”, WSPiA w Lublinie
2-3.03.2017	XX Łódzkie Targi Edukacyjne w Łodzi
3-5.03.2017	Wyjazd szkoleniowy Rady Studentów z Niepełnosprawnością PŁ “Aron II”
3-5.03.2017	Forum studentów i pełnomocników. Uniwersytet im. Adama Mickiewicza w Poznaniu
24-26.03.2017	III Ogólnopolskie Forum Studentów z Niepełnosprawnościami Politechnika Łódzka – Uniwersytet Łódzki
30.03.2017	Zakończenie przyjmowania wniosków „Aktywny samorząd” Moduł II
31.03- 02.04.2017	Ogólnopolska Konferencja Naukowo - Szkoleniowa „O tym się nie mówi IV - komunikacja osób niedosłyszających” Katolicki Uniwersytet Lubelski
4-8.04.2017	X Krakowskie Dni Integracji
6-7.04.2017	IV Międzynarodowy Kongres Inkluzji Społecznej, Uniwersytet Przyrodniczo - Humanistyczny w Siedlcach
26.04.2017	Akademickie Targi Pracy Biuro Karier Politechniki Łódzkiej
19-21.05.2017	Ogólnopolska Konferencja Studentów Niepełnosprawnych w Lublinie
07.2017	Letni obóz szkoleniowy studentów z niepełnosprawnością PŁ